



# 4月分 学校給食献立表

☆今月のテーマ☆  
春の味覚を楽しもう

植木共同調理場

日 曜	献立名	使用する食品名					栄養価 中学校生徒 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	有無				
		(赤) おもに体をつくるもとになる		(緑) おもに体の調子を整えるもとになる		(黄) おもにエネルギーのもとになる		鹿南	五霊	植木北		
		おもにたんぱく質 魚・肉・卵・豆・豆製品	おもに無機質 牛乳・小魚・海そう	おもにカロテン 緑黄色野菜	おもにビタミンC その他の野菜・きのこ・果物	おもに炭水化物 穀類・いも類・さとう					おもに脂質 油脂	
11 木	丸パン					パン	653	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	ポークビーンズ	豚肉・大豆		人参・トマト	玉ねぎ・にんにく	じゃが芋・砂糖					油	
	グリーンサラダ			小松菜	キャベツ・玉ねぎ	砂糖					油	
	晩柑				晩柑							
12 金	麦ごはん					米・麦	715	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	きびなごフライ		きびなご			パン粉					油	
	たけのこのみそ炒め	厚揚げ・豚肉・みそ		人参	たけのこ	こんにゃく・砂糖					ごま・油	
	春雨汁	かまぼこ・かつお節(だし)	昆布(だし)	人参・ねぎ	キャベツ・玉ねぎ	春雨					油	
15 月	麦ごはん					米・麦	704	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	塩さば		さば									
	ごまネーズ和え			チンゲン菜・人参	もやし						ごま・ノンエッグマヨネーズ	
	かしわ汁	鶏肉・豆腐・かつお節(だし)	昆布(だし)	人参・ねぎ	大根・しいたけ	こんにゃく・じゃが芋						
16 火	ミルクパン					パン	762	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	キスフライ		キス			パン粉					油	
	千切りポテトのサラダ		ハム		きゅうり・コーン	じゃが芋					ノンエッグマヨネーズ	
	卵スープ	卵・鶏肉		人参・チンゲン菜	キャベツ・玉ねぎ	でんぷん					ごま油	
17 水	ポークカレー	豚肉・レバー		人参	玉ねぎ・にんにく・生姜	米・じゃが芋	油	741	① ② ③	① ② ③	① ② ③	
	牛乳		牛乳									
	じゃこ豆サラダ	大豆	しらす干し	小松菜	キャベツ	砂糖	ごま油					
	ミニみかんゼリー					みかんゼリー						
18 木	丸パン					パン	751	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	コロケ		牛肉			じゃがいも					パン粉	油
	ごぼうサラダ				ごぼう・もやし・きゅうり	砂糖					ごま油	
	ラビオリスープ	ベーコン		人参	玉ねぎ・キャベツ・コーン	ラビオリ					油	
19 金	豚キャベツどん	豚肉		人参	キャベツ・玉ねぎ・にんにく	米・麦・砂糖・でんぷん	油	715	① ② ③	① ② ③	① ② ③	
	牛乳		牛乳									
	新玉ねぎのあえ物	チキンフレーク			玉ねぎ・きゅうり	砂糖	ごま					
	高野豆腐のみそ汁	油揚げ・高野豆腐・みそ	わかめ・いりこ(だし)・いりこ	小松菜・人参	えのきたけ							
22 月	麦ごはん					米・麦	744	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	レバーとポテトの揚げがらめ	鶏レバー				でんぷん・じゃが芋・砂糖					油	
	チンゲンサイともやしのあえもの			チンゲン菜	もやし	砂糖					ごま油	
かきたま汁	卵・豆腐・かまぼこ・かつお節(だし)	昆布(だし)	人参・ねぎ	玉ねぎ・しいたけ	でんぷん							
23 火	丸パン					パン	725	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	ハンバーグトマトソース	ハンバーグ		トマト		砂糖						
	ビーンズサラダ	ツナ・大豆	いんげん豆		きゅうり・玉ねぎ・コーン	砂糖					油	
	野菜スープ	ベーコン		人参・小松菜	キャベツ・玉ねぎ	じゃが芋					油	
24 水	ごはん					米	703	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	魚のかば焼き		ホキ			でんぷん・砂糖					油	
	ひじきあえ		ひじき		もやし・キャベツ	砂糖						
	豆腐のみそ汁	豆腐・油揚げ・みそ	いりこ(だし)・いりこ	人参・ねぎ	玉ねぎ・えのきたけ	じゃが芋						
25 木	ミルクパン					パン	746	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	スパゲティナポリタン	豚肉		人参・トマト・ピーマン	玉ねぎ・しめじ・にんにく	スパゲッティ					油	
	春キャベツのマスタードサラダ	ベーコン			キャベツ・きゅうり・玉ねぎ	砂糖					油	
26 金	麦ごはん					米・麦	691	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	新じゃがのそぼろ煮	豚肉・大豆・厚揚げ・ちりめんこ		人参	玉ねぎ	じゃが芋・こんにゃく・砂糖					油	
	ゆかりあえ			ゆかり	もやし・キャベツ・きゅうり	砂糖						
30 火	丸パン					パン	720	① ② ③	① ② ③	① ② ③		
	牛乳		牛乳									
	クリームシチュー	鶏肉・いんげん豆	牛乳・チーズ	人参	玉ねぎ・えだ豆・しめじ	じゃが芋					油	
	小松菜ツナサラダ	ツナ		小松菜	キャベツ	砂糖					油	
	黒糖ビーンズ	大豆				黒糖・でんぷん						

ご入学・進級  
おめでとうございます

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい学年のスタートです。熊本市の学校給食は、毎月テーマを決めて献立を作成しています。今月の献立のテーマは「春の味覚を楽しもう」です。ここでは、中学校の給食の紹介と、今月の春の味覚について紹介していきます。ぜひ、給食時間に確かめてみてください。

## 熊本市における 学校給食の取組

**市産品の活用**

年間約40品目(予定)の市産品を使用します。

**城めぐり  
味めぐり**

毎月1回、お城のある地域の歴史と食文化について学びます。熊本城や首里城、ベルサイユ宮殿など、いろいろなお城が登場します。

**ひごまるデー**

毎月19日の食育の日前後を「ひごまるデー」として、熊本市産の野菜等を取り入れたメニューを実施します。

**わくわく楽しい  
給食作品展  
入賞献立の実施**

熊本市のわくわく楽しい給食作品展の【献立の部】に入選した作品を来月1月の給食週間に実施する予定です。

**★4月の市産品活用予定★**

キャベツ ピーマン  
チンゲン菜 たら  
たけのこ ばんかん

※ 都合により、献立が変更する場合があります。

**春の味覚が  
登場します**

新たまねぎや春キャベツなど、いつも見かける野菜も、柔らかく甘みがあり、春ならではの風味が味わえます。この他にたけのこ、キス、ばんかんなど春が旬の食材を給食に取り入れています。

**給食が届けられるまで**

植木共同調理場では、植木小・菱形小・桜井小の小学校3校分と、鹿南中・五霊中・植木北中の中学校3校分、合計約1900食を作っています。安全安心な給食をみなさんに届けることができるよう努めています。

小学校(3校分)



中学校(3校分)

場埋調同不租