

# 令和7年 4月 給食だより



加茂市学校町共同調理場

月	火	水	木	金	
<p>ご入学・ご進級おめでとうございます！ 中学校では、給食時間が小学校よりも短くなります。午前の授業が終わったら、給食準備を速やかにしましょう。 準備が早く済めば、食べる時間にゆとりが でき、食べ残しを減らすことにつながります です。クラスで慣れるまでは時間がかかると 思いますが、正しい配ぜんを身につけられ るようにしましょう。</p> 		<p>9 中華めん 塩ラーメンスープ 春巻き メンマともやしの炒め物 牛乳</p> <p>822 kcal   33.0 g 27.9 g   3.8 g</p> <p>中華めん 春巻きの皮 ごま油 砂糖 豚肉 なたと牛乳</p> <p>みずもやし小松菜 ねぎ こんにゃく しょうが 玉ねぎ こんにゃく 人参</p>	<p>10 ごはん ポーカカレー 福神漬け和え お祝いいちごゼリー 牛乳</p> <p>769 kcal   27.3 g 21.5 g   2.8 g</p> <p>米 じゃが芋 油 ごまゼリー 豚肉 脱脂粉乳 牛乳</p> <p>にんにくしょうが 玉ねぎ 人参 りんご じゃがいも ほうろ なす 大根 すいか かんこん</p>	<p>11 アップルチップパン トマトミートオムレツ ツナサラダ マカロニシチュー 牛乳</p> <p>812 kcal   32.3 g 28.0 g   3.9 g</p> <p>パン 油 砂糖 マカニバター じゃが芋 卵 ツナ 鶏肉 牛乳</p> <p>りんご トマト マカロニ 大根 きゅうり コーン しめじ 玉ねぎ 白菜 人参</p>	
	<p>14 ごはん マーボー丼の具 中華サラダ 甘夏ゼリー 牛乳</p> <p>756 kcal   32.0 g 21.6 g   2.2 g</p> <p>米 油 砂糖 片栗粉 ごまゼリー</p> <p>豚肉 大豆ミト 豆腐 みそ 鶏肉 牛乳</p> <p>しょうが にんにく しょうが ねぎ 玉ねぎ たけのこ 人参 たら もやし じゃがいも ほうろ</p>	<p>15 ごはん さばのみそ煮 いそひたし 豚汁 牛乳</p> <p>758 kcal   34.6 g 25.5 g   2.3 g</p> <p>米 砂糖 じゃが芋</p> <p>さばのみそ 豚肉 厚揚げ 牛乳</p> <p>ほうれん草 人参 じゃがいも 大根 ごぼう 玉ねぎ ねぎ</p>	<p>16 うどん 関西風白だしつゆ お好み焼き 大阪漬け 牛乳</p> <p>806 kcal   27.9 g 26.9 g   3.6 g</p> <p>うどん 小麦粉 油</p> <p>牛肉 かまぼこ 油揚げ 豚肉 塩昆布 牛乳</p> <p>しょうが えのき 茸 椎茸 ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 大根 野沢菜 大根菜 じゃがいも</p>	<p>17 ごはん 赤魚のねぎ塩焼き 切り昆布煮 肉じゃが 牛乳 豆乳ムース大福</p> <p>740 kcal   32.0 g 17.0 g   2.3 g</p> <p>米 油 砂糖 じゃが芋 大福</p> <p>赤魚 昆布 ぎつね揚げ 豚肉 豆乳 牛乳</p> <p>舞茸 ごぼう 人参 しらたき 椎茸 玉ねぎ いんげん</p>	<p>18 食パン 照り焼きチキン たまごポテトサラダ ABCスープ いちごジョア</p> <p>719 kcal   30.9 g 21.7 g   3.6 g</p> <p>パン フォーク マヨネーズ 油 砂糖 マカニ じゃが芋 卵 鶏肉 ウインナー</p> <p>きゅうり 人参 玉ねぎ にんにく じゃがいも</p>
	<p>21 ごはん 豚キムチ炒め丼 春雨スープ ブルーベリーヨーグルト 牛乳</p> <p>748 kcal   31.7 g 19.8 g   2.4 g</p> <p>米 油 砂糖 片栗粉 春雨</p> <p>豚肉 ベーコン 豆腐 ヨーグルト 牛乳</p> <p>しょうが にんにく 人参 たら 玉ねぎ 白菜 キムチ さくらげ たけのこ もやし ねぎ</p>	<p>22 ごはん さわらのごまみそフライ ブロッコリーのおひたし 沢煮椀 牛乳</p> <p>762 kcal   30.7 g 22.8 g   2.6 g</p> <p>米 油 小麦粉 砂糖 ごま 春雨</p> <p>さわらみそ かつお節 豚肉 かまぼこ 牛乳</p> <p>ほうろ じゃがいも 人参 たら ごぼう えのき 茸 絹さや</p>	<p>23 ソフトめん ミートソース わかめとじゃこのサラダ 牛乳</p> <p>842 kcal   40.6 g 24.6 g   3.3 g</p> <p>ソフトめん 油 小麦粉 ごま 砂糖 豚肉 大豆ミト チーズ 鶏肉 わかめ ちりめんじゃこ 牛乳</p> <p>しょうが にんにく しょうが 玉ねぎ たら もやし 人参 たら きゅうり じゃがいも</p>	<p>24 ごはん 鶏肉のカレーから揚げ ほうれん草のごまあえ なめこのみそ汁 牛乳</p> <p>763 kcal   30.4 g 28.2 g   2.2 g</p> <p>米 片栗粉 ごま じゃが芋 砂糖 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ 牛乳</p> <p>ほうれん草 もやし 人参 なめこ 大根 ねぎ</p>	<p>25 食パン チョコクリーム チーズオムレツ マカロニナポリタン ポトフ 牛乳</p> <p>806 kcal   33.1 g 27.7 g   3.4 g</p> <p>食パン チョコクリーム マカニ じゃが芋 油 砂糖 卵 チーズ ウインナー 鶏肉 牛乳</p> <p>じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ ブロッコリー じゃがいも</p>
	<p>28 ごはん ハヤシライスソース フルーツヨーグルトあえ 牛乳</p> <p>793 kcal   35.2 g 23.7 g   2.9 g</p> <p>米 バター 小麦粉 いちごゼリー マスカットゼリー 豚肉 チーズ ヨーグルト 牛乳</p> <p>マスカット にんにく しょうが 玉ねぎ 舞茸 人参 黄桃 みかん バナナ</p>	<p>29 昭和の日</p>	<p>30 中華めん しょうゆラーメンスープ しゅうまい(2こ) きゅうりのびり辛漬け 牛乳</p> <p>756 kcal   36.9 g 18.5 g   4.3 g</p> <p>中華めん しゅうまいの皮 油 砂糖 豚肉 なたと牛乳</p> <p>きゅうり じゃがいも しょうが 人参 もやし こんにゃく ほうれん草 ねぎ</p>	<p>主食 主菜 副菜 汁物(副菜) 飲み物 その他</p> <p>エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量</p> <p>黄色の食品 熱や力のもとになるもの 赤色の食品 体をつくるもの 緑色の食品 体の調子を整えるもの</p>	<p>4月の予定</p> <p>7日(月) 始業式(給食なし)</p> <p>8日(火) 入学式(給食なし)</p> <p>9日(水) 3校給食開始</p> <p>28日(月) 若宮中振替休業日</p>

※都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

## 学校町共同調理場の紹介

- ・昭和59年に業務を開始しました。加茂中学校に併設されています。
- ・受配校は加茂中、葵中、若宮中です。生徒+教職員分で、約520食を提供しています。
- ・市職調理員7名で調理しています。
- ・米飯・麺・パンは委託工場から納品されています。
- ・回転釜、揚げ物機、蒸し物機があります。焼き物は業者で焼いてもらった真空パック品を納入しています。
- ・旬の食べ物、近隣の地場産物や郷土料理を献立に多く取り入れるよう心がけています。

