



4月献立表



入善町教育委員会
入善町立入善小学校

令和7年度

日曜	献立名	おもな材料とその働き					
		赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
7月	ごはん 牛乳 やさいスープ とりにくのマスタードやき コールスローサラダ	ウインナー とりにく ★みそ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ しめじ キャベツ とうもろこし	★米 さとう	ノンエッグマヨネーズ こめあぶら
8火	ごはん 牛乳 ぶたじる あかうおのかばやき しゃきしゃきあえ	ぶたにく ★みそ もめんどうふ あかうお	牛乳	にんじん	ごぼう だいこん ねぎ しょうが もやし キャベツ きゅうり	★米 でんぶん こんにやく さとう じゃがいも	こめあぶら ごま
9水	ごはん 牛乳 こめこポタージュ ハムステーキ キャベツのそぼろいため	とりにく ハム ぶたにく ★みそ	牛乳 なまクリーム	にんじん ピーマン	たまねぎ とうもろこし キャベツ しょうが にんにく	★米 さとう じゃがいも こめこ	こめあぶら
* * 入学お祝い献立 * *							
10木	わかめごはん 牛乳 おいおいゼリー はるさめスープ とりのからあげ こまつなのナムル	ベーコン とりにく とうにゅう	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	はくさい えのき ねぎ しょうが もやし いちご	★米 さとう でんぶん こめこ はるさめ	こめあぶら ごまあぶら
11金	ごはん 牛乳 たきあわせ さばのみそに ゆかりあえ	あつあげ さば みそ	牛乳	にんじん さやいんげん あかじそ	しめじ キャベツ きゅうり	★米 さとう こんにやく でんぶん じゃがいも	
14月	ごはん 牛乳 ふりかけ にくじゃが やきししゃも はりはりあえ	ぶたにく ししゃも	牛乳 のり	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ キャベツ きりぼしだいこん しょうが	★米 さとう じゃがいも こんにやく	こめあぶら
15火	カレーライス 牛乳 ヨーグルトあえ	ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	にんじん かぼちゃ	にんにく しょうが たまねぎ パインアップル みかん もも バナナ	★米 さとう おむぎ じゃがいも	こめあぶら カレールウ
16水	ごはん 牛乳 マーボーどうふ やきぎょうざ ちゅうかあえ	もめんどうふ ぶたにく とりにく あかみそ ★みそ	牛乳	にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ たけのこ しめじ キャベツ たまねぎ きゅうり	★米 さとう でんぶん こむぎこ	こめあぶら ごまあぶら
17木	ごはん 牛乳 ミネストローネ あじフライ こんにやくサラダ	とりにく あじ	牛乳	にんじん さやいんげん トマト	たまねぎ セロリー キャベツ きゅうり	★米 じゃがいも マカロニ パンこ こむぎこ こんにやく さとう	こめあぶら
~ New 膳 の 日 ~							
18金	だいきりくるまいごはん 牛乳 あつあげとやさいのみそしる ぶたにくのしおこうじため そえやさい	ぶたにく あつあげ ★だいきり ★みそ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	たまねぎ えのき しょうが キャベツ きゅうり	★米 じゃがいも ★くるまい はるさめ ★しおこうじ	こめあぶら 
21月	ごはん 牛乳 コーンスープ ハンバーグ にんじんサラダ	とりにく ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり	★米 さとう こめこ パンこ	こめあぶら マーガリン
* * 入善とみさん(富×3)の日 * *							
22火	たけのこごはん 牛乳 とうふとなめこのすましじる いかのこうみやき コーンいりおひたし	うすあげ もめんどうふ いか ★みそ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	たけのこ なめこ だいこん ねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	★米 さとう	ごま
23水	ごはん 牛乳 ワントンスープ チンジャオロースー こふきいも	とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ しょうが たけのこ	★米 でんぶん ワントン じゃがいも	こめあぶら ごまあぶら
24木	やきそば 牛乳 はるまき だいコーンサラダ クリームカステラ	ぶたにく たまご	牛乳	にんじん ピーマン	もやし キャベツ たまねぎ しょうが だいこん しいたけ とうもろこし きゅうり	ちゅうかめん さとう でんぶん はるさめ こむぎこ こめこ	こめあぶら ごまあぶら ごま マーガリン
25金	ごはん 牛乳 ぐだくさんじる さけのしおやき やさいとひじきのあえもの	もめんどうふ さけ ★みそ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ もやし	★米 さとう じゃがいも	こめあぶら ごまあぶら ごま
28月	ごはん 牛乳 はるやさいのにももの ぶたにくのしょうがやき きざみづけ	がんもどき ぶたにく	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ しょうが キャベツ きゅうり	★米 でんぶん じゃがいも さとう こんにやく	こめあぶら
29火	* * 昭和の日 * *						
30水	ごはん 牛乳 にくだんごスープ チーズいりたまごやき ごぼうサラダ	ぶたにく とりにく たまご	牛乳 チーズ	にんじん こまつな	たまねぎ もやし キャベツ ごぼう ねぎ きゅうり	★米 さとう でんぶん	こめあぶら ノンエッグマヨネーズ ごま

今月の地産産食材(★印)：米(ふふふ)・くるまい・みそ・だいきり・しおこうじ

※都合により献立を変更する場合があります。