



4月 給食だより



2025年

朝日町立朝日中学校

日曜	よてい にん だて		食 品 名					
			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)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
給食はじまります! * * 在 校 生 の み * * *								
7 月	ごはん (富富富) 牛乳	給食のビビンバ 春雨と豆腐のスープ	豚肉 木綿豆腐 赤みそ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ、ねぎ、しょうが にんにく、だいこん、もやし はくさい、干しいたけ	米、はるさめ 砂糖	米油 ごま油 白ごま
8 火	コッペパン 牛乳	肉団子 海藻サラダ 春キャベツのシチュー	鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん	もやし、コーン、きゅうり たまねぎ、春キャベツ にんにく、しょうが	コッペパン、米粉 こんにやく、砂糖 じゃがいも	ごま油
祝 入 学 ・ 進 級 お 祝 い 献 立								
9 水	わかめ ごはん 牛乳	鶏の唐揚げ ごぼうサラダ すまし汁、お祝いデザート	鶏肉 木綿豆腐 かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん	ごぼう、きゅうり、キャベツ コーン、えのき、みつば にんにく、しょうが	米、ふ 片栗粉 ゼリー	米油 ごまドレッシング 白ごま
10 木	ごはん (富富富) 牛乳	さばのみそ煮 白菜のごま和え 大豆の磯煮	さば、大豆 さつまあげ みそ	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん	はくさい、もやし、ごぼう だいこん	米、砂糖 こんにやく	白ごま 米油
11 金	ごはん (富富富) 牛乳	チーズ入りツナオムレツ ジャーマンポテト 野菜スープ	卵 ツナフレーク ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん パセリ こまつな	たまねぎ、にんにく、もやし キャベツ、しめじ、コーン	米、砂糖 じゃがいも	米油
14 月	ごはん (富富富) 牛乳	かぼちゃひき肉フライ 菜の花炒め 豚汁	卵、みそ 豚肉 焼き豆腐	牛乳	かぼちゃ なばな にんじん	キャベツ、はくさい、だいこん ごぼう、ねぎ、しょうが たまねぎ	米、こんにやく 砂糖、パン粉	米油
15 火	コッペパン 牛乳	鶏肉のコーンフレーク焼き シャキシャキサラダ ミネストローネ	鶏肉 ウインナー	牛乳 粉チーズ	にんじん トマトピューレ	にんにく、しょうが、だいこん みずな、きゅうり、コーン、セロリ たまねぎ、キャベツ	コッペパン コーンフレーク 砂糖、じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ バター、ごま油
16 水	ごはん (富富富) 牛乳	赤魚の照り焼き マカロニサラダ 若竹汁	赤魚 木綿豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ、きゅうり、コーン たけのこ、ねぎ	米、マカロニ	ノンエッグ マヨネーズ
17 木	ごはん (富富富) 牛乳	納豆の肉みそ炒め あっさり漬け 親子煮	納豆、卵 豚肉、鶏肉 高野豆腐、みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ、ねぎ、しょうが きゅうり、はくさい 干しいたけ、グリーンピース	米、砂糖 じゃがいも	米油
ま め な け ! ラ ン チ の 日								
18 金	牛乳	アスパラとベーコンの混ぜご飯 ポテトとお米のささみカツ 柿酢ドレッシング和え 大豆入りコンソメスープ	ベーコン 大豆 鶏ささみ	牛乳	にんじん アスパラ	たまねぎ、キャベツ、きゅうり コーン、はくさい、もやし しめじ	米、砂糖 柿酢しょうゆ ポテトフレーク 米粉フレーク	米油 バター オリーブ油
21 月	ごはん (富富富) 牛乳	かに玉あんかけ 青のリチーズポテト ワンタンスープ	卵 カニカマ	牛乳 チーズ 青のり	にんじん	干しいたけ、たけのこ ねぎ、はくさい、もやし しょうが	米、じゃがいも 片栗粉、砂糖 ワンタン	
22 火	小型パン 牛乳	焼きうどん ポークシューマイ チンゲンサイと豆腐のスープ	豚肉、かまぼこ 木綿豆腐 かつお節	牛乳	にんじん チンゲンサイ ピーマン	キャベツ、たまねぎ、もやし コーン、干しいたけ しょうが	小型パン うどん、砂糖 小麦粉	ごま油 米油
23 水	ごはん (富富富) 牛乳	ふくらぎの竜田揚げ 千草和え なめこ汁	県産ふくらぎ 厚揚げ みそ	牛乳	にんじん こまつな	しょうが、キャベツ、もやし なめこ、だいこん、ねぎ	米、片栗粉	米油 白ごま
24 木	牛乳	カレーライス グリーンサラダ いちご	豚肉	牛乳	ブロッコリー にんじん	しょうが、にんにく、セロリ たまねぎ、キャベツ、きゅうり いちご	米、砂糖 じゃがいも	米油
25 金	ごはん (富富富) 牛乳	高野豆腐と大豆のケチャップがらめ ゆかり和え 玉ねぎとわかめのみそ汁	高野豆腐 大豆、みそ 薄揚げ	牛乳 わかめ	にんじん 赤じそ	キャベツ、もやし、えのき たまねぎ	米、砂糖 片栗粉 じゃがいも	米油
* * * 学 習 参 観 ・ 給 食 あ り * * *								
26 土	ごはん (富富富) 牛乳	ししゃもフライ 五目きんぴら かきたま汁	鶏肉 卵	牛乳 ししゃも	にんじん ピーマン こまつな	ごぼう、れんこん、たまねぎ 干しいたけ	米、砂糖、パン粉 小麦粉、こんにやく 片栗粉	米油 ごま油 白ごま
* * * 2 6 日 の 振 替 休 業 日 * * *								
* * * 昭 和 の 日 * * *								
28 月								
29 火								
30 水	ごはん (富富富) 牛乳	さつま揚げの三味焼き 切り干し大根のごま酢和え 揚げじゃがいものそぼろ煮	さつま揚げ 豚肉	牛乳	こまつな にんじん さやいんげん	しょうが、ねぎ、にんにく 切り干しだいこん、たまねぎ キャベツ	米、じゃがいも 片栗粉 こんにやく、砂糖	米油 白ごま

※ 太文字は地場産食材です。

☆ 都合により献立を変更する場合があります。