

4月 給食カレンダー

令和7年度

ひたちなか市立大島中学校

月	火	水	木	金
<p>日付 エネルギー たんぱく質 食塩相当量 (kcal) (g) (g)</p> <p>献立名</p>  <p>図を参考に盛り付けましょう。</p> <p>盛りつけ図 ○お椀2種類 (大…ピンク) (中…グリーン) ○皿1種類あります。</p> <p>※牛乳は毎日提供されるため省略しています。</p>	<p>8 807kcal 29.9g 2.2g</p> <p>ごはん 牛乳 マーボー豆腐 バンサンスー</p>  <p>ごはん マーボー豆腐</p>  	<p>9</p>  <p>祝入学式</p>	<p>10 810kcal 33.4g 2.9g</p> <p>ミルクパン 牛乳 ポークビーンズ 小松菜サラダ</p>  <p>サラダ</p> <p>ポークビーンズ</p>  	<p>11 790kcal 32.1g 2.9g</p> <p>ごはん 牛乳 あじのレモン醤油ソースかけ 磯香あえ もやしたっぷりごまみそ汁</p>  <p>磯香あえ あじ</p> <p>ごはん みそ汁</p>  
<p>14 792kcal 36.1g 3.3g</p> <p>ピザトースト 牛乳 肉だんごと野菜のスープ煮 ヨーグルト</p>  <p>ヨーグルト</p> <p>スープ煮</p> 	<p>15 779kcal 31.5g 2.4g</p> <p>ごはん 牛乳 チキンカレー 海藻サラダ</p>  <p>サラダ</p> <p>ごはん カレー</p>  	<p>16 822kcal 34.3g 2.0g</p> <p>いばらき美味(おい)しお献立</p> <p>ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ おひたし くずきり入りすまし汁</p>  <p>おひたし からあげ</p> <p>ごはん すまし汁</p>  	<p>17 802kcal 30.3g 2.4g</p> <p>ごはん 牛乳 厚焼きたまご きんぴら 生揚げのみそ汁</p>  <p>きんぴら たまご</p> <p>ごはん みそ汁</p>  	<p>18 846kcal 31.9g 2.9g</p> <p>春キャベツのジェノベーゼスパゲッティ ミニロールパン 牛乳 コロッケ ブロッコリーのサラダ</p>  <p>サラダ コロッケ</p> <p>スパゲッティ</p>  
<p>21</p> <p>振替休業日</p>	<p>22 187kcal 32.5g 2.2g</p> <p>進級お祝い献立</p> <p>たけのこごはん 牛乳 さわらの西京みそフライ ちりめんサラダ いちごゼリー</p>  <p>ゼリー</p> <p>たけのこごはん</p>   <p>ちりめんあえ さわら</p>	<p>23 789kcal 33.6g 2.4g</p> <p>切千大根入りビビンバ (ごはん・卵入り肉炒め・ナムル) 牛乳 わかめスープ</p>  <p>ナムル 肉炒め</p> <p>ごはん スープ</p>  	<p>24 802kcal 33.3g 2.7g</p> <p>はちみつパン 牛乳 クリームシチュー オニオンドレッシングサラダ</p>  <p>サラダ</p> <p>シチュー</p>  	<p>25 796kcal 32.9g 2.6g</p> <p>ごはん 牛乳 さばの塩焼き ひじきの炒め煮 豚汁</p>  <p>ひじき さば</p> <p>ごはん 豚汁</p>  
<p>28 865kcal 33.3g 2.1g</p> <p>黒パン 牛乳 白身魚のカレーフライ 粉ふきいも ミネストローネ</p>  <p>粉ふきいも フライ</p> <p>シチュー</p>  	<p>29</p> <p>昭和の日</p> 	<p>30 805kcal 30.8g 2.2g</p> <p>ごはん のりふりかけ 牛乳 肉じゃが からし和え</p>  <p>からし和え</p> <p>ごはん 肉じゃが</p>  	<p>ごはん 週3回(主に火・水・金) 米はひたちなか市産「コシヒカリ」を使用し、学校で炊飯しています。たけのこごはんやこぎつねごはんなど、混ぜごはんの日もあります。</p> <p>パン 週2回(主に月・木) 副食(おかず)と調和するように、甘味や油脂分を抑えています。食パン、黒パン、ミルクパン、はちみつパン、米パンなどいろいろな種類のパンが出ます。トーストや揚げパンなどの調理パンもあります。</p> <p>めん 月に1~2回 スパゲティや焼きそば、懐かしのソフトめんが年に3回(5月と10月と2月に予定しています)出ます。</p> <p>牛乳 毎日200ml 茨城県産の新鮮な牛乳です。水戸市の牛乳工場が毎日パック詰めされて届きます。発育期の児童生徒の骨格、筋肉、血液を造るうえで欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よくとることが出来ます。</p> <p>おかず 煮物・汁物・炒め物・揚げ物・焼き物・和え物・デザートなど、手作りでバラエティに富んだ献立です。また、地場産の食材(野菜・魚介類など)を取り入れています。素材本来の味が分かるように「うす味」を心がけています。</p>	

お知らせ・・・ペーパーレス化に伴い5月からはC4thHome & school及び大島中学校HPでの配信のみになります。