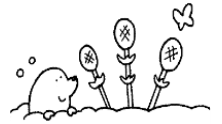


4月給食だより



今月の給食目標

きゅうしょく し たの た
給食について知り、楽しく食べよう！

2025年

雲南市大東学校給食センター

がっこうきゅうしょく からだこころせいちょうささ
学校給食は、みなさんの体と心の成長を支えるために
あんしんあんぜんえいよう きゅうしょく
安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食に

こころ きゅうしょくとお りょうり
なるよう心がけています。給食を通して、いろいろな料理

しょくざい うなんし しょくざい し た
や食材、また雲南市の食材などについても知り、食べる

たの おも
ことを楽しんでほしいと思っています。

こんねんど きゅうしょく
今年度の給食もお楽しみに。



お進
め
で
と
う



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
14 ごはん 牛乳 ぶたにく いた 豚肉のスタミナ炒め ちゅうか 中華あえ わかめスープ エネルギー (kcal) 幼 466 小 609 中 795	15 ごはん 牛乳 さばのカレー揚げ はなばたけ 花畑サラダ ポークビーンズ エネルギー (kcal) 幼 461 小 766 中 940	16 お祝い献立 ちらし寿司 のり 牛乳 とりにく 鶏肉のみそやき ごまあえ すまし汁 おめでとうデザート エネルギー (kcal) 幼 487 小 640 中 800	17 ごはん 牛乳 ししゃもの香り揚げ たかなの炒め煮 鶏だんご汁 エネルギー (kcal) 幼 486 小 660 中 829	18 雲南☆まいもんの日 たけのこごはん 牛乳 さけ わかくさ 鮭の若草焼き いそかあえ 豆腐のすまし汁 エネルギー (kcal) 幼 470 小 648 中 800
21 ごはん 牛乳 あじの香味フライ ごま酢あえ わかめのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 531 小 674 中 823	22 ごはん 牛乳 ハンバーグのトマトソース ポテトサラダ コンソメスープ エネルギー (kcal) 幼 505 小 650 中 825	23 ごはん 牛乳 鶏のカレー風味揚げ ゆかりあえ たけのこのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 480 小 627 中 803	24 ごもく 五目うどん 牛乳 かつおのごまがらめ きりぼだいこん 切干大根ののりマヨあえ エネルギー (kcal) 幼 504 小 679 中 841	25 ごはん 牛乳 ぶた肉のケチャップ炒め 甘酢あえ マカロニスープ エネルギー (kcal) 幼 467 小 611 中 806
28 ごはん 牛乳 ポークカレー 鶏肉のから揚げ コーンサラダ エネルギー (kcal) 幼 531 小 674 中 975	29 しょうわ ひ 昭和の日 エネルギー (kcal) 幼 小 中	30 ごはん 牛乳 あじの揚げもの こまつな 小松菜とささみのごまネーズ じゃがいものみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 492 小 623 中 810	※都合により、献立の一部を変更することがあります。 うなん ひ 「雲南☆まいもんの日」	

今月の 地元食材

こめ、ぎゅうにゅう、
キャベツ、こまつな、
ほうれんそう、ねぎ
とうふ、みそ、たまご

うなんし きゅうしょくつき かい うなん ひ じっし
雲南市の給食では月に1回、「雲南☆まいもんの日」を実施しています。
こんげつ はる しょくざいつか
今月は春の食材を使った「たけのこごはん」です。また、ふんわりと甘い

「キャベツ」や、やわらかい「葉ねぎ」など、野菜は地元の生産者グループを中心に

とれたての新鮮なものを納品していただいています。春の味覚をあげてくださいね。

雲南にはおいしい水や、豊かな自然に育まれた山の幸、里の幸がたくさんあります。

給食でも地元の食材をたくさん取り入れて、季節の味や伝統の味を大切にしていきます。

雲南市のおいしい食材を味わい、ふるさとの魅力を再発見してもらえとうれしいです。

令和7年度

4 月 給食材料表

※牛乳は毎食つきます

雲南市大東学校給食センター

日	献立	赤（血や肉となるもの）		黄（力や体温となるもの）		緑（体の調子を整えるもの）	
		魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	穀類・いも類・砂糖	油脂	緑黄色野菜	その他の野菜・果物
10 (木)	ごはん			米 麦			
	さわらのごまマヨ焼き	さわら みそ			ごま ノンエッグマヨネーズ		
	三色おひたし			三温糖	ごま油	ほうれん草 人参	キャベツ もやし
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	煮干しだし	じゃがいも	油	人参 ねぎ	玉ねぎ えのきたけ こんにゃく
11 (金)	ごはん			米 麦			
	とり肉の香味やき	鶏肉			ごま油 ごま		にんにく しょうが
	納豆あえ	納豆 みそ かつおぶし		三温糖		ほうれん草 人参	梅 キャベツ
	なめこ汁	豆腐 油揚げ みそ	煮干しだし	じゃがいも		人参 ねぎ	なめこ 玉ねぎ
14 (月)	ごはん			米 麦			
	豚肉のスタミナ炒め	豚肉		三温糖	油 ごま	ピーマン にら	しょうが にんにく 玉ねぎ
	中華あえ	チキンハム		三温糖	ごま ごま油	小松菜 ほうれん草 人参	キャベツ
	わかめスープ	厚揚げ	わかめ	中華スープ	ごま油	人参 ねぎ	玉ねぎ コーン
15 (火)	ごはん			米 麦			
	さばのカレー揚げ	さば		カレー粉 片栗粉	油		
	花畑サラダ	ハム			和風ドレッシング	ブロッコリー 人参 アスパラ ほうれんそう	カリフラワー
	ポークビーンズ	大豆 豚肉		じゃがいも 三温糖	油	人参 トマトケチャップ	玉ねぎ マッシュルーム いんげん
16 (水)	ちらし寿司		のり	米		人参	たけのこ れんこん しいたけ
	鶏肉のみそやき	鶏肉 みそ		三温糖			しょうが にんにく
	ごまあえ	ツナ			ごま	人参 ほうれん草	キャベツ
	すまし汁	豆腐 かまぼこ 削り節	煮干しだし			人参 ねぎ	玉ねぎ えのきたけ
	おめでとうデザート			豆乳いちごゼリー			
17 (木)	ごはん			米 麦			
	ししゃもの香り揚げ	ししゃも	青のり	カレー粉 米粉 片栗粉	ごま 油		
	高菜の炒め煮	チキンささみ 油揚げ		三温糖	油	たかな 人参 ほうれん草	キャベツ コーン しらたき
	鶏だんご汁	鶏肉団子 みそ	煮干しだし	さつまいも		ねぎ	こんにゃく 大根 ごぼう
18 (金)	たけのこごはん	油揚げ		米	油	人参	たけのこ しいたけ
	鮭の若草焼き	さけ			ノンエッグマヨネーズ		グリーンピース
	いそかあえ	かつおぶし	のり			人参 ほうれん草	キャベツ
	とうふのすまし汁	豆腐 削り節	わかめ 煮干しだし	はるさめ		ねぎ 人参	まいたけ 玉ねぎ
21 (月)	ごはん			米 麦			
	あじの香味フライ	アジ		小麦粉	油 ごま		
	切干大根のごま酢あえ	チキンささみ		三温糖	ごま	ほうれん草 人参 小松菜	切干大根
	わかめのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	煮干しだし わかめ	じゃがいも		人参 ねぎ	玉ねぎ
22 (火)	ごはん			米 麦			
	ハンバーグのトマトソース	ハンバーグ		三温糖 片栗粉		トマトケチャップ	玉ねぎ
	ポテトサラダ	ツナフレーク		じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ	人参	きゅうり えだまめ
	コンソメスープ	ベーコン コンソメ				人参 パセリ	玉ねぎ コーン 大根 キャベツ
23 (水)	ごはん			米 麦			
	鶏のカレー風味揚げ	鶏肉		カレー粉 片栗粉	油		
	ゆかり和え			三温糖		ほうれん草	キャベツ きゅうり しそ
	たけのこのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	煮干しだし			人参 ねぎ	玉ねぎ たけのこ
24 (木)	五目うどん	鶏肉 油揚げ 削り節		うどん		人参 ねぎ	大根 ごぼう しいたけ
	揚げかつおのごまがらめ	かつお 大豆		片栗粉 三温糖	油 ごま		
	切干大根ののりマヨあえ	かまぼこ	のり		ごま ノンエッグマヨネーズ	人参	切干大根 大根葉 白菜
25 (金)	ごはん			米 麦			
	ぶた肉のケチャップ炒め	豚肉			油	ピーマン トマトケチャップ	にんにく 玉ねぎ
	ツナとひじきの甘酢あえ	ツナフレーク	芽ひじき	三温糖		ほうれん草 小松菜 人参	キャベツ
	マカロニスープ	ベーコン コンソメ		マカロニ じゃがいも		人参	玉ねぎ コーン
28 (月)	ポークカレー	豚肉		米 麦 じゃがいも カレールー	油	人参 トマト	玉ねぎ グリーンピース
	鶏肉のから揚げ	鶏肉		片栗粉	油		しょうが
	コーンサラダ	ツナフレーク		三温糖	油	小松菜 ほうれん草	コーン キャベツ
30 (水)	ごはん			米 麦			
	あじの揚げもの	あじ		片栗粉 三温糖	油		
	小松菜とささみのごまネーズ	チキンささみ			ごま ノンエッグマヨネーズ	小松菜 ほうれん草	もやし コーン 大根
	じゃがいものみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	煮干しだし	じゃがいも		人参 ねぎ	玉ねぎ