



4月

給食献立表

2025年度 尾鷲市立輪内中学校

日	献立名	1群	2群	3群	4群	5群	6群
		卵/肉/魚/豆腐	乳製品/海草/小魚	緑黄色野菜	淡色野菜/果物	ごはん/いも類	油/マヨネーズ
9 水	カレー フルーツヨーグルト 福神漬	豚肉	牛乳 ヨーグルト	人参	玉ねぎ んにく もも缶 みかん缶 バイン缶 福神漬	ご飯 じゃが芋 カレールウ	油 カクテルゼリー
10 木	ミートオムレツ パリパリサラダ ABCマカロニスープ	卵 豚肉	牛乳 チーズ	人参 パセリ コーン ねぎ	玉ねぎ 胡瓜 きゃべつ	ご飯 ポテトチップス ABCマカロニ	油 ごま油 砂糖
11 金	マーボー豆腐 パンサンスー	豆腐 豚肉 ハム	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ 椎茸 胡瓜	ご飯 春雨	油 ごま油 砂糖
14 月	親子煮 和風サラダ みそ汁	鶏肉 卵 竹輪 豆腐 味噌	牛乳 わかめ 出汁	人参 ねぎ コーン	玉ねぎ きゃべつ 胡瓜 大根	ご飯	砂糖 ドレッシング
15 火	磯目つくね かみかみ和え ねぎごまスープ	鶏肉 卵 豆腐 さきいか 豚肉	牛乳 青のり	人参 ねぎ	玉ねぎ 大根 胡瓜 生姜	ご飯 パン粉 春雨	砂糖 ごま ごま油
16 水	ヒビンバ はりはり漬 ワンタンスープ	豚肉 卵	牛乳 塩昆布	人参 ほうれん草 ねぎ	んにく もやし 切干大根 胡瓜	ご飯 こんにゃく	砂糖 油 ごま油 ごま
17 木	菜めし キムチうどん ちくわの磯辺揚げ	豚肉 竹輪	牛乳 青のり	菜めしの素 ニラ 人参	キムチ もやし 大根	ご飯 うどん	小麦粉 てんぷら粉 油
18 金	厚揚げの中華煮 海草サラダ 豆スープ	厚揚げ 豚肉 大豆 卵	牛乳 わかめ	チンゲンサイ 人参 コーン ねぎ	玉ねぎ 生姜 胡瓜 きゃべつ	ご飯 片栗粉	砂糖 油 ごま油
21 月	魚ごはん(ツナ) ポテトサラダ かきたま汁	ツナ ハム 卵	牛乳 わかめ 出汁	ねぎ 人参	胡瓜 えのき	ご飯 じゃが芋 片栗粉	マヨネーズ
22 火	チキンのねぎソース マカロニサラダ みそ汁	鶏肉 ハム 油揚げ 味噌	牛乳 わかめ 出汁	ねぎ 人参	生姜 胡瓜 玉ねぎ	ご飯 小麦粉 片栗粉 マカロニ	砂糖 油 ごま油 マヨネーズ
23 水	オリブパスタ ごまドレサラダ プレーンマフィン	ベーコン いか 竹輪 卵	牛乳	パセリ 人参 ほうれん草	エリンギ しめじ んにく きゃべつ	スパゲティ 小麦粉	オリーブ油 ドレッシング バター 砂糖
24 木	さばの味噌煮 ごま和え すまし汁	さば 味噌 豆腐 かまぼこ	牛乳 出汁	ねぎ	生姜 もやし 胡瓜 きゃべつ えのき 玉ねぎ	ご飯	砂糖 ごま 砂糖
25 金	クリームシチュー 五目きんぴら	鶏肉 豚肉 平天	牛乳	人参 パセリ いんげんまめ	玉ねぎ ごぼう 椎茸	ご飯 じゃが芋 シチュールウ こんにゃく	砂糖 油 ごま
28 月	ごぼうゴマダレ丼 ツナサラダ 豚汁	竹輪 ツナ 豚肉 油揚げ 味噌	牛乳 出汁	人参 ねぎ	ごぼう 生姜 胡瓜 きゃべつ 大根	ご飯 片栗粉 こんにゃく	ごま 油 砂糖 マヨネーズ
29 祝	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 昭和の日						
30 水	中華風混ぜごはん ナムル レタスとたまごのスープ	焼き豚 卵 ベーコン	牛乳	人参 ねぎ ほうれん草	たけのこ もやし 玉ねぎ	ご飯 片栗粉	ごま油 ごま 砂糖

◆ 食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

学 校 給 食 の 目 標

- 一 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 二 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 三 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 四 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 五 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 六 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 七 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

