

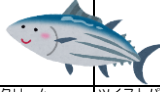


4月 給食献立表



令和7年

渋谷区立広尾中学校

日 曜	献立名			赤の仲間 血や肉になる食品		黄の仲間 熱や力の元になる食品		緑の仲間 体の調子を整える食品		たんばく 質 (g)
				1群	2群	5群	6群	3群	4群	
	主食	牛乳	主菜・副菜 など	たんばく質を 多く含む	カルシウムを 多く含む	炭水化物を 多く含む	脂肪を 多く含む	カロテンを 多く含む	ビタミンC を多く含む	
9 水	ボークカレーライス	○	ツナとコーンのサラダ 	豚肉, ツナ	牛乳, バルメザンチーズ, わかめ	米, じゃが芋, 薄力粉, 三温糖	油, バター	人参	玉葱, にんにく, 生葱, フルーツチャップネ, コーン, キャベツ, 胡瓜	867 26.4
10 木	ミートソースパグッティ	○	バリバリポテトサラダ 果物	豚肉	牛乳, バルメザンチーズ	スパゲッティ, 上白糖, じゃが芋, 蜂蜜	油	人参, トマト(缶), バセリ	にんにく, 玉葱, セロリ, マッシュルーム, キャベツ, 胡瓜, いちご(予定)	781 30.8
11 金	 五目ちらし寿司	○	塩麴から揚げ すまし汁(桜鮎) ももゼリー 	かつお削り節(だし用), 鶏肉, 油揚げ, 鶏卵, 桜鮎	牛乳, こんにぶ	米, 上白糖, 片栗粉	油	人参, さやえんどう, 水菜	ごぼう, 蓮根, 菊, にんにく, 生葱, えのき茸, ももジュース	828 33.3
14 月	親子丼	○	大豆の甘辛がらめ けんちん汁	鶏肉, 鶏卵, 大豆, かつお削り節(だし用), 油揚げ, 豆腐	牛乳, こんにぶ	米, 三温糖, こんにゃく, 片栗粉, じゃが芋	揚げ油, ごま	人参, 糸みつば	玉葱, ごぼう, 大根, 葱	836 38.7
15 火	チリビーンズライス	○	チーズサラダ キャベツとベーコンのスープ 	豚肉, 鶏肉, 大豆, ベーコン	牛乳, バルメザンチーズ, チーズ	米, 三温糖, じゃが芋, 薄力粉	油	人参, トマトジュース, トマト(缶), ブロッコリー, 赤ピーマン	生葱, にんにく, 玉葱, 胡瓜, 黄ピーマン, えのき茸, キャベツ	802 30.0
16 水	鶏五目ご飯	○	かつおのごまがらめ 沢煮碗 	鶏肉, かつお削り節(だし用), 油揚げ, かつお, 豚肉	牛乳, こんにぶ	米, 三温糖, 片栗粉	油, ごま	人参, さやえんどう	ごぼう, 椎茸, 生葱, 大根, 葱, 葱	787 43.2
17 木	きなこ揚げパン	○	エビ入りマカロニのクリーム煮 アップルソースサラダ	きな粉, 鶏肉, えび	牛乳, クリーム	ツイストパン, 上白糖, 薄力粉, マカロニ	油, バター	人参, ブロッコリー	玉葱, キャベツ, りんご	816 31.0
18 金	わかめご飯	○	厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 味噌汁 果物	かつお削り節(だし用), 厚揚げ, 鶏肉, 味噌	牛乳, わかめ	米, 三温糖, こんにゃく, じゃが芋, 片栗粉	油	人参, さやえんどう	生葱, 葱, キャベツ, えのき茸, 甘夏柑(予定)	789 36.2
21 月	わかめうどん	○	竹輪の二色揚げ 青菜の辛し和え	鶏肉, かつお削り節(だし用), 油揚げ, 竹輪	牛乳, こんにぶ, わかめ, 青のり	うどん, 片栗粉, 薄力粉, 三温糖	油	人参, 小松菜	椎茸, 葱, キャベツ, もやし	773 35.5
22 火	黒砂糖パン	○	魚の香草焼き ハンガリアンシチュー 果物	メルルーサ, 豚肉	牛乳	黒砂糖パン, パン粉, じゃが芋, 上白糖, 薄力粉	マヨネーズ(全卵型), 油, バター	パジル, トマト(缶), 人参, ブロッコリー	にんにく, セロリ, 玉葱, りんご(予定)	787 39.0
23 水	ごはん	○	春野菜の旨煮 豆腐団子の味噌汁 	かつお削り節(だし用), 厚揚げ, 鶏肉, 豆腐, 鶏肉, 味噌, 味噌	牛乳	米, こんにゃく, じゃが芋, 三温糖, 片栗粉	油	人参, さやえんどう, 小松菜	ふき, 玉葱, 葱, 生葱, 大根, 葱	769 34.2
24 木	ごはん	○	チキンピカタ ポテトと野菜のリヨネーゼ ABCスープ	鶏肉, 鶏卵, ベーコン, 鶏肉	牛乳, バルメザンチーズ	米, 薄力粉, 三温糖, じゃが芋, マカロニ	油, オリーブ油	人参, 小松菜	玉葱, スナッペン, えんどう, にんにく, 生葱, キャベツ	765 35.4
25 金	春のかおりごはん	○	親子焼き ジャガイモの味噌汁 果物 	鶏肉, 油揚げ, 鶏卵, かつお削り節(だし用), 味噌	牛乳, わかめ	米, 上白糖, じゃが芋	油	人参, さやえんどう, 小松菜	小玉葱, 椎茸, 清美オレシジ(予定)	765 39.7
26 土	ごはん	○	メンチカツ キャベツのゆかり和え 味噌けんちん汁	豚肉, 鶏肉, かつお削り節(だし用), 豆腐, 味噌	牛乳	米, パン粉, 薄力粉, パン粉, 三温糖, じゃが芋, 里芋, こんにゃく	油, ごま	ゆかり, 人参, 小松菜	キャベツ, 玉葱, もやし, 胡瓜, 生葱, 大根, ごぼう, 葱	894 38.3
28 月	ごはん	○	鯖の照り焼き 土佐和え 豚汁 つぶつぶみかんゼリー	鯖, かつお節, まさば(さば節), 豚肉, 豆腐, 油揚げ, 味噌	牛乳	米, 三温糖, 片栗粉, こんにゃく, じゃが芋, 上白糖	油	人参	キャベツ, 胡瓜, もやし, 生葱, ごぼう, 椎茸, 大根, 葱, カリフラワー, みかん(缶)	806 38.5
30 水	ホイコーロー丼	○	わかめスープ 野菜チップス 	豚肉, 味噌, 鶏肉, 豆腐	牛乳, わかめ	米, 三温糖, 片栗粉, じゃが芋, さつま芋	油, ごま油	人参, 青ピーマン, チンゲンサイ, かぼちゃ	にんにく, 生葱, 葱, 葱, キャベツ, 玉葱, にがうり, 蓮根	781 31.6

◎都合により、献立の変更をすることがあります。ご了承ください。

御入学・御進級おめでとうございます！

【令和7年度 広尾中学校の給食について】

★予定給食回数 185回

★調理委託業者 フジ産業株式会社(令和7年度より変更)

★学校栄養士 1名 調理員 4名

安心・安全でおいしい給食の提供を心掛けてまいりますので、御理解・御協力、よろしくお願い申し上げます。



給食当番は
必ずご家庭からマスクをご持参ください。
週末に白衣等持ち帰りますので、必ず洗濯を
していただき、週明けに持ってきていただく
ようお願い致します。

給食袋

