



4月分予定献立表



登別市学校給食センター(令和7年)

月		火		水		木		金																							
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名																						
<p>がっこうきゅうしょく で た 学校給食に出てくる食べもの</p> <p> コッペパンは北海道産小麦粉100%のパンです。</p> <p> お米は北海道産の「ななつぼし」を使用しています。</p> <p> 給食の牛乳には、成長期に欠かせないカルシウムやたんぱく質などがバランスよく含まれているため、毎日ついています。</p> <p> おかず、汁物には、いろいろな食品を取り入れるように心がけているほか、地場産物や旬の食材をできるだけたくさん取り入れたいと考えています。また、カルシウム、鉄分、食物せんいなどの栄養素がとれるように工夫しています。</p> <p>＜4月の平均栄養価＞</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー</th> <th>蛋白質</th> <th>脂質</th> <th>塩分</th> </tr> <tr> <th>(単位)</th> <th>(Kcal)</th> <th>(g)</th> <th>(g)</th> <th>(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小学校</td> <td>645</td> <td>27.4</td> <td>19.4</td> <td>2.6</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>741</td> <td>30.9</td> <td>20.9</td> <td>3.1</td> </tr> </tbody> </table>					エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	(単位)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)	小学校	645	27.4	19.4	2.6	中学校	741	30.9	20.9	3.1	<p>【別紙一覧表について】 調味料・加工品の詳細については、別紙となっております。必要に応じて、学校にお問い合わせください。 ▽印の加工品は別紙分析表を参照してください。 ■印は年間使用食品一覧表を参照してください。 ○印は月間調味料一覧表を参照してください。 ※登別市学校給食センターのホームページにも掲載しています。</p> <p>＜お知らせ＞ ※牛乳は毎日つきます。 乳アレルギーの場合…牛乳の代わりに緑茶がつきます。 ※デザートの一部は、代替品を用意します。 ※材料名横の()内にアレルギー物質を表記していますが、原材料名と同じ名称の場合は省略しています。 ※めん類の同一製造ラインにおいて、卵・そば・大豆・ごまを含んだ食品を扱っています。 ※骨なし魚は使用していません。(魚には骨があります。) ※都合により、献立が一部変更になることがありますので、ご了承ください。</p>		<p>登別市学校給食センターのホームページは、こちらからご覧ください。↓</p>		<p>4 ごはん </p> <p>豆腐とわかめの味噌汁 </p> <p>のり塩ポテトコロケ </p>		<p>小 中 606Kcal 692Kcal</p> <p>冷凍豆腐 ■ カットわかめ ■ 刻み揚げ ■ 長ねぎ ■ かつお削り節 ■ だし昆布 ■ 混合削り節 ■ 味噌 ■ 人参</p> <p>ばれいしょ ■ パン粉(小麦・大豆) ■ 食塩 ■ 砂糖 ■ あおのり ■ 小麦粉 ■ 米粉 ■ 粉末状大豆たん白(大豆) ■ ぶどう糖 ■ 植物油(大豆) ■ でん粉 ■ 揚げ油</p>	
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分																											
(単位)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)																											
小学校	645	27.4	19.4	2.6																											
中学校	741	30.9	20.9	3.1																											
7 ごはん	小 中 655Kcal 774Kcal	8 (袋入り)うどん	小 中 551Kcal 619Kcal	9 ごはん	小 中 613Kcal 704Kcal	10 コッペパン	小 中 690Kcal 813Kcal	11 ごはん	小 中 652Kcal 773Kcal																						
麻婆豆腐	冷凍豆腐 ■ 豚挽肉 ■ さやいんげん ■ 長ねぎ ■ おろししょうが ■ にんにく ■ 味噌 ■ 濃口醤油 ■ 甜麺醤 ■ 清酒 ■ オイスターソース ■ 上白糖 ■ 澱粉 ■ 豆板醤 ■ 清湯スープ ■ ごま油 ■	肉うどん	豚肉 ■ ほうれん草 ■ 人参 ■ 長ねぎ ■ 焼き竹輪 ■ 混合削り節 ■ だし昆布 ■ みりん ■ 薄口醤油 ■ 濃口醤油 ■	いも団子汁	芋団子▽ ■ 鶏肉 ■ 笹がき ■ ぼうろ ■ 大根 ■ 人参 ■ 長ねぎ ■ 冷凍豆腐 ■ 混合削り節 ■ だし昆布 ■ 薄口醤油 ■ 濃口醤油 ■ みりん ■	コーンシチュー	ベーコン(大豆・豚肉)▽ ■ コーンクリームスープ ■ スイートコーン ■ 人参 ■ 玉ねぎ ■ ダイスじゃが ■ 芋 ■ むぎ枝豆 ■ 牛乳 ■ チキンコンソメ ■ 脱脂粉乳 ■ クリームコーンレトルト ■	大根のそぼろ煮	豚挽肉 ■ 大根 ■ 生姜 ■ 人参 ■ さやいんげん ■ 絹厚揚げ(大豆) ■ かつおエキス ■ 清酒 ■ 上白糖 ■ 濃口醤油 ■ みりん ■ 澱粉 ■ オニオンライス																						
ビーフン	ビーフン ■ キャベツ ■ たまねぎ ■ 植物油(ごま・大豆) ■ にんじん ■ 豚肉 ■ きくらげ ■ ピーマン ■ オイスターソース ■ 食塩 ■ しょうゆ(大豆) ■ チキンエキス(鶏肉) ■ 砂糖 ■ フライドオニオン	発芽玄米入り平つくね	鶏肉 ■ パン粉(小麦) ■ 粉末状大豆たん白(大豆) ■ 澱粉 ■ 玉ねぎ ■ 豚脂(豚肉) ■ 発芽玄米 ■ 砂糖 ■ 食塩 ■ 酵母エキス ■ 香辛料 ■ 果糖ぶどう糖液糖 ■ こいくちしょうゆ(小麦・大豆) ■ 酵母エキス ■ 発酵調味料 ■ カツオブシエキス(小麦・大豆) ■ しょうゆ調味料(小麦・大豆)	いわしのゆず味噌煮	いわし ■ 味噌(大豆) ■ みりん ■ 砂糖 ■ ゆず ■ 米でん粉	ハンバーグ	豚肉 ■ 鶏肉 ■ 豚脂(豚肉) ■ 玉ねぎ ■ 米粉 ■ ドロマイト ■ 米粉(タピオカ) ■ 粒状大豆たん白(大豆) ■ 砂糖 ■ 食塩	真ホッケ和風フライ	真ホッケ ■ パン粉(小麦・大豆) ■ 小麦粉 ■ バターミックス(小麦・大豆) ■ 醤油(大豆・小麦) ■ みりん ■ 砂糖 ■ しょうが ■ にんにく ■ 揚げ油																						

登別市学校給食センターのホームページは、こちらからご覧ください。↓



はしマークについて
はしマークの日は、はしを使った方がよいおかずがあるときにつけています。



※必ず確認してください※
食物アレルギーに不安がある方は、給食センターのホームページで成分表を必ず確認してください。
例1) 魚の煮物には魚卵が残存している場合があります。
例2) サケやタラは、えびやかに食べている場合があります。

4月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和7年)

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
14	ごはん 	15	(袋入り) ラーメン 	16	ごはん	17	スライスパン	18	ごはん 
	小 580Kcal 中 664Kcal		小 706Kcal 中 789Kcal		小 752Kcal 中 890Kcal		小 671Kcal 中 715Kcal		小 650Kcal 中 748Kcal
ワンタンスープ	ワンタン(ごま・小麦・豚肉・大豆)▽ 人参 もやし 国産ぶなしめじ水煮 ■ ほうれん草 ■ 塩ラーメンスープ ■ 濃口醤油 ■ しょうが ■ 清酒 ■ みりん ■ こしょう ■ 長ねぎ	豚骨ラーメン	焼き豚(豚肉・小麦・大豆)▽ ずら卵 ■ もやし 人参 長ねぎ にんにく ■ しょうが ■ 豚骨ラーメン スープ ■ 清湯スープ ■	ポークハヤシライス	豚肉 玉ねぎ 人参 ソテーオニオン ■ ハヤシソース ■ デミグラスソース ■ トマトジュース ■ ぶどう酒赤 ■ チキンコンソメ ■ 生クリーム(乳)▽	パンプキンスープ	ベーコン(大豆・豚肉)▽ 玉ねぎ 南瓜ダイス 南瓜ペースト ソテーオニオン ■ 牛乳 生クリーム(乳)▽ パセリ ■ スープストック ■ チキンコンソメ ■ 脱脂粉乳 ■ ベシヤメルソース ■ ハイメイズホワイトソース ■ パンプキンスープ ■	豚汁	豚肉 冷凍豆腐 ■ 玉ねぎ ダイスじゃが芋 ■ つきこんにやく▽ 長ねぎ 人参 ごぼう かつお削り節 ■ 混合削り節 ■ だし昆布 味噌 ■ 生姜 ■
若鶏のごま照り焼き	鶏肉 パン粉(小麦・大豆) 粉末状植物性蛋白(大豆) 植物油 大豆 醤油(大豆・小麦) 砂糖 ぶどう糖 発酵調味料 チキンエキス(小麦・大豆・鶏肉) 食塩 粉末ガラースープ(小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ごま) 魚介エキス 酵母エキス 香料(乳・大豆)	ショーロンポー【2こ】	豚肉 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 豚脂(豚肉) 難消化性キストリン たけのこ水煮 はるさめ 醤油(小麦・大豆)かきエキス調味料 砂糖 おろししょうが 発酵調味料 植物油(ごま) 食塩 香辛料 小麦粉 小麦グルテン(小麦)でん粉	ごぼうサラダ	ごぼう にんじん 植物油(ごま・大豆) ごま 砂糖 しょうゆ(小麦・大豆) 醸造酢 鶏卵 米酢調味料 食塩 しいたけエキス	アンサンプルエッグ	鶏卵 フライドポテト たまねぎ プロセスチーズ(乳) ベーコン(卵・乳・豚肉) 牛乳 砂糖 でん粉 植物油 食酢(米) 食塩 酵母エキス	いか和風フライ	イカ パン粉(小麦・大豆) 小麦粉 バッターミックス(小麦・大豆) 醤油(大豆・小麦) みりん 砂糖 揚げ油
21	ごはん 	22	(袋入り) うどん 	23	ごはん	24	コッペパン	25	ごはん 
	小 572Kcal 中 655Kcal		小 642Kcal 中 713Kcal		小 705Kcal 中 835Kcal		小 609Kcal 中 711Kcal		小 706Kcal 中 806Kcal
豆腐となめこの味噌汁	人参 冷凍豆腐 ■ なめこ ■ 長ねぎ 冷凍刻み揚げ ■ かつお削り節 ■ 大根 だし昆布 混合削り節 ■ 味噌 ■	わかめうどん	鶏肉 カットわかめ ■ 冷凍刻み揚げ ■ 人参 長ねぎ 焼き竹輪 ■ 混合削り節 ■ だし昆布 ■ みりん ■ 薄口醤油 ■ 濃口醤油 ■	チキンカレー	鶏肉 人参 玉ねぎ ■ アイソレーション ■ ソテーオニオン ■ 脱脂粉乳 ■ 牛乳 ■ にんにく ■ トマトケチャップ ■ ウスターソース ■ スープストック ■ デミグラスソース ■ ディナーカレー ■ パーメントカレー ■ レーク ■ アップルソース ■ カレーパウダー ■	オニオンスープ	さやいんげん ■ ソテーオニオン ■ 人参 ベーコン(豚肉・大豆)▽ 玉ねぎ ■ にんにく ■ オニオンソース ■ チキンコンソメ ■ スープストック ■ こしょう ■ パセリ ■	とりすきやき	鶏肉 焼き竹輪 ■ 焼き豆腐(大豆)▽ つきこんにやく▽ 玉ねぎ 白菜 長ねぎ 焼き麩 ■ えのき 茸 かつおエキス ■ 清酒 ■ 上白糖 ■ 濃口醤油 ■ オニオンソース ■
たれつき肉団子【2こ】	鶏肉 玉ねぎ 粒状植物性蛋白(大豆) パン粉(小麦) 豚脂(豚肉) ぶどう糖 食塩 香辛料 大豆油(大豆) 還元水飴 醤油(小麦・大豆) 砂糖 醸造酢	餅いなり	餅粉 油揚げ(大豆) 菜種油 醤油(小麦・大豆) 砂糖 でん粉(トウモロコシ) 発酵調味料 ドロマイト 食塩 カツオブシエキス 昆布エキス 酵母エキス(小麦)	ポテトサラダ	ばれいしょ ドレッシング(大豆・小麦・卵・乳) 人参 玉葱 砂糖 マスタード(りんご) 食塩 酵素(大豆) 食品素材(鮭)	照り焼きチキン	鶏肉 発酵調味料 醤油(小麦・大豆) 砂糖	士幌町産男爵いも	ばれいしょ 牛肉 玉ねぎ 砂糖 小麦粉加工品(小麦) しょうゆ(小麦 大豆) 粒状植物性たん白(大豆) みりん 食塩 牛脂(牛肉) ラード 香辛料 パン粉(小麦・乳・大豆) 植物油(大豆) でん粉 粉末卵白(卵) ショートニング 乳化剤(大豆) 揚げ油
28	ごはん 	29	昭和の日	30	ごはん 	<p>牛乳には、カルシウムが豊富に含まれています。</p> <p>給食の牛乳を他の飲み物に代えた場合、子どもの成長に欠かせないカルシウムが不足してしまいます。</p> <p>ご家庭においても、積極的に飲むようにすすめてください。</p> <p>カルシウムの多い食べ物 ()内はカルシウム量です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ししゃも 3尾(200mg) ●煮干し 10g(200mg) ●しらす干し 30g(200mg) ●豆腐 100g(120mg) ●納豆 1パック(45mg) ●桜エビ 大きじ3(200mg) ●ひじき(乾燥) 大きじ1(140mg) ●小松菜(ゆで) 80g(200mg) 			
	小 609Kcal 中 701Kcal				小 645Kcal 中 733Kcal				
もずく入り味噌汁	もずく 冷凍豆腐 ■ 人参 長ねぎ 豚肉 だし昆布 かつお削り節 ■ 味噌 ■ 混合削り節 ■			白菜と肉団子のスープ	安心ミートボール(鶏肉・豚肉・大豆)▽ 人参 長ねぎ 白菜 干しいたけ スライス ■ 緑豆春雨 ■ にんにく ■ 塩ラーメン スープ ■ 濃口醤油 ■ おろししょうが ■ 清酒 ■ みりん ■ こしょう ■ ごま油 ■				
いわしの梅煮	鱈 梅肉 醤油(小麦・大豆) みりん 米でん粉 香辛料 砂糖			さばの味噌煮	さば 澱粉 味噌(大豆) 砂糖 発酵調味料				