



令和7年4月 学校給食こんだて表【小学校】

日	曜	こんだて	主にエネルギーの もとになる食品	主に体をつくる もとになる食品	主に体の調子を整える もとになる食品	栄養価		
						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)
11	金	ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ フレンチサラダ 野菜カレー	精白米 三温糖 じゃがいもでん粉 ドレッシング じゃがいも なたね油 カレールウ	牛乳 ハンバーグ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース	625	19.1	29.1
14	月	【守山の日】 ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き 守山産きゅうりとツナの酢の物 こまつなのみそ汁	精白米 三温糖 じゃがいも	牛乳 ぶた肉 まぐろフレーク 油あげ 米みそ	新たまねぎ しょうが きゅうり えのきたけ にんじん こまつな	565	25.7	27.1
15	火	【世界味めぐりの日 (オーストラリア)】 コッペパン 牛乳 チキンシュニッツェル(鶏肉の カツレツ) コールスローサラダ 白いんげん豆とハムのスープ	コッペパン 小麦粉 パン粉 なたね油 ドレッシング 白いんげん豆 オリーブ油	牛乳 とり肉 ハム	キャベツ 赤パプリカ 黄パプリカ たまねぎ にんじん セロリ パセリ にんにく	637	25.9	35.0
16	水	【感謝給食の日】 ごはん 牛乳 れんこんと青菜のマヨ炒め 肉じゃが	精白米 なたね油 焼きマヨネーズ じゃがいも 三温糖	牛乳 ひじき ささみ水煮 牛肉	れんこん ほうれんそう たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	603	15.9	30.3
17	木	ソフト麺 牛乳 きびなごのカリカリ揚げ アスパラのソテー ミートソース	ソフト麺 なたね油 三温糖 じゃがいもでん粉	牛乳 きびなご ぶた肉 大豆	グリーンアスパラガス キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ トマト	559	26.2	29.8
18	金	【入学・進級お祝い献立】 赤飯 ごま塩 牛乳 鶏肉の塩麹焼き こまつなともやしのおひたし 桜かまぼこのすまし汁 お祝いゼリー	赤飯 黒いりごま お祝いゼリー	牛乳 とり肉 桜かまぼこ とうふ	こまつな もやし たまねぎ えのきたけ みつば	570	23.1	25.6
21	月	【全国味めぐりの日(愛知県)】 ごはん 牛乳 みそカツ 煮酢あえ 八杯汁(はちはいじる)	精白米 小麦粉 パン粉 なたね油 三温糖 じゃがいもでん粉	牛乳 ぶた肉 豆みそ 赤みそ とうふ	だいこん にんじん れんこん ぶなしめじ まいたけ 葉ねぎ 干しいたけ	644	23.1	30.7

ごはんは守山産のみずかがみを使用しています。
献立名は、主食・牛乳・主菜・副菜の順に表示しています。



守山市教育委員会

令和7年4月発行

日	曜	こんだて	主にエネルギーの もとになる食品	主に体をつくる もとになる食品	主に体の調子を整える もとになる食品	栄養価		
						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)
22	火	きなこ揚げパン 牛乳 チキンのガーリックソテー 春野菜とえびのトマト煮	コッペパン なたね油 三温糖 グラニュー糖 じゃがいも	きな粉 牛乳 とり肉 えび	たまねぎ エリンギ にんにく にんじん キャベツ トマト とうもろこし グリーンピース	565	24.0	35.5
23	水	【もりもりの日 (春の食材を味わおう)】 ごはん 牛乳 さわらのごまだれかけ キャベツの赤しそあえ 春のたきよせ	精白米 三温糖 すりごま	牛乳 さわら がんもどき	春キャベツ もやし しその葉粉 新にんじん 新たまねぎ たけのこ こんにやく ぶなしめじ ふき	597	26.8	27.7
24	木	コッペパン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き コーンポテト キャロットスープ	コッペパン マーマレード じゃがいも ホワइटルウ	牛乳 とり肉	にんにく とうもろこし にんじん たまねぎ エリンギ パセリ	618	26.0	32.0
25	金	【おなかすっきりの日】 ごはん 飲むヨーグルト 厚揚げのしょうがあんかけ かみかみきんぴら かきたま汁	精白米 三温糖 じゃがいもでん粉 なたね油	飲むヨーグルト あつあげ 牛肉 茎わかめ たまご	しょうが ごぼう にんじん こんにやく たまねぎ えのきたけ こまつな	519	18.6	16.6
28	月	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 八宝菜 フルーツあえ	精白米 じゃがいもでん粉 なたね油 梨ゼリー	牛乳 とり肉 ぶた肉 いか	しょうが にんにく キャベツ にんじん たけのこ 青ピーマン もやし 干しいたけ パインアップル みかん もも	676	27.7	28.5
30	水	【滋賀の日】 ごはん 牛乳 わかさぎの南蛮漬け こまつなのそぼろ炒め じゃがいものみそ汁	精白米 じゃがいもでん粉 なたね油 三温糖 じゃがいも	牛乳 わかさぎ ぶた肉 油あげ わかめ 米みそ	しょうが こまつな もやし 赤こんにやく たまねぎ 葉ねぎ	547	19.9	26.0

※栄養価は、4年生の一食あたりの値です。
学校行事、材料の都合により、一部献立を変更する場合があります。