



4月分 学校給食予定献立表



令和7年度

厚木市北部学校給食センター Aコース

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる	主に体の調子を整える もとになる	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	
☆ 11 ・ 金	ごはん			米		720 kcal
	牛乳	牛乳				34.0 g
	さわらの西京焼き	さわら みそ				22.3 g
	沢煮わん	豚肉 油揚げ			ごぼう にんじん だいこん たまねぎ 干しいたけ こまつな	2.4 g
	こんにゃくのおかか煮	鶏肉 かつお節		油 砂糖	にんじん こんにゃく	
14 ・ 月	麦入りごはん			米 麦		797 kcal
	牛乳	牛乳				33.5 g
	ポークカレー	豚肉 スkimミルク		油 じゃがいも 小麦粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	18.9 g
	ピーンズサラダ	ハム 大豆 いんげん豆		油 砂糖	にんじん きゅうり 枝豆	2.7 g
	ヨーグルト	ヨーグルト				
☆ 15 ・ 火	ロールパン			パン		779 kcal
	牛乳	牛乳				29.1 g
	コロッケ(ソース)			コロッケ 油		33.7 g
	春キャベツのスープ	豚肉 ベーコン		油	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ こまつな	3.5 g
	ブロッコリーのソテー	ハム		油	とうもろこし ブロッコリー	
☆ 16 ・ 水	ごはん			米		764 kcal
	牛乳	牛乳				31.0 g
	さばのみそ煮	さば みそ		砂糖	しょうが	27.1 g
	すまし汁	豆腐			にんじん 干しいたけ えのきたけ ねぎ こまつな	3.0 g
	茎わかめのきんぴら	豚肉 さつま揚げ 茎わかめ		油 砂糖	こんにゃく にんじん	
☆ 17 ・ 木	ごはん			米		773 kcal
	牛乳	牛乳				33.8 g
	ホイコーロー	豚肉 みそ		油 かたくり粉 砂糖	にんにく しょうが ねぎ キャベツ ビーマン	22.4 g
	肉団子のケチャップあん(2こ)	肉団子のケチャップあん				2.7 g
	ワンタンスープ	鶏肉 なんと		ワンタンの皮	にんじん 干しいたけ しょうが もやし ねぎ こまつな	
☆ 18 ・ 金	ピラフ	ウインナーソーセージ		米 麦 バター	たまねぎ にんじん とうもろこし グリーンピース	747 kcal
	牛乳	牛乳				30.1 g
	ハニーマスタードチキン	鶏肉		油 かたくり粉 マヨネーズ(卵なし) はちみつ		27.6 g
	ABCマカロニスープ	豚肉		マカロニ	たまねぎ にんじん セロリー キャベツ こまつな	2.4 g
	いちごゼリー				いちごゼリー	
☆ 21 ・ 月	ごはん			米		756 kcal
	牛乳	牛乳				32.8 g
	まぐろとじゃがいものケチャップ和え	まぐろ		かたくり粉 油 砂糖 じゃがいも	しょうが にんにく	21.4 g
	みそ汁	煮干し みそ 生揚げ			だいこん ねぎ こまつな	2.8 g
	パンサンスー	ハム		春雨 油 砂糖 ごま	にんじん もやし きゅうり	
22 ・ 火	黒コッペパン			パン		763 kcal
	牛乳	牛乳				32.2 g
	ハンバーグデミグラスソース	ハンバーグ		油	たまねぎ	26.7 g
	野菜スープ	鶏肉			にんじん たまねぎ キャベツ こまつな	2.8 g
	コーンポテト			バター じゃがいも	とうもろこし パセリ	
23 ・ 水	麦入りごはん			米 麦		719 kcal
	牛乳	牛乳				30.0 g
	三色丼の具(小袋きざみのり)	鶏肉 おから 炒り卵 のり		油 砂糖	しょうが さやいんげん	17.6 g
	和風汁	油揚げ			にんじん だいこん 干しいたけ ねぎ こまつな	2.1 g
	金時豆の含め煮	金時豆		砂糖		
24 ・ 木	ごはん			米		740 kcal
	牛乳	牛乳				32.5 g
	マーボー豆腐	豚肉 みそ 高野豆腐 豆腐		油 砂糖 かたくり粉	にんにく しょうが たけのこ にんじん 干しいたけ ねぎ にら	21.9 g
	わかめとじゃこのサラダ	わかめ ちりめんじゃこ		砂糖 油	キャベツ きゅうり	2.3 g
	パインアップル(缶詰)				パインアップル	
25 ・ 金	ハードめん			めん		845 kcal
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト				30.8 g
	ミートソース	豚肉 大豆		油 砂糖 小麦粉	にんにく たまねぎ セロリー にんじん しめじ パセリ	18.1 g
	フライドポテト			フライドポテト 油		2.4 g
	フレンチサラダ			砂糖 油	キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ	

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる	主に体の調子を整える もとになる	栄養価 (エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	
28 ・ 月	ごはん			米		759 kcal
	牛乳	牛乳				27.6 g
	かつおカツ	かつおカツ		油		22.4 g
	具だくさんみそ汁	煮干し みそ 生揚げ		じゃがいも	ごぼう にんじん ねぎ こまつな	2.9 g
	ひじきと大豆の煮物	ひじき ちくわ 大豆		油 砂糖	にんじん こんにゃく	
30 ・ 水	ごはん			米		701 kcal
	牛乳	牛乳				29.1 g
	新じゃがのそぼろ煮	豚肉 さつま揚げ		油 じゃがいも 砂糖 かたくり粉	しょうが たまねぎ 干しいたけ にんじん こんにゃく さやいんげん	16.2 g
	のり酢和え	ツナ のり			もやし こまつな	1.7 g
	清見オレンジ				清見オレンジ	

- ※ 食材等により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 ※ 各学校で学校行事等により給食を実施しない日がありますので、各学校の行事予定をご確認ください。
 ※ 掲載されている物以外の調味料等も使用しています。
 ※ 栄養価の算出は食品成分表(八訂)を使用しています。
 ※ ☆印は、パクパクあつぎ産デューです。太字の献立に、厚木市内で収穫された地場産物を使用します。



ご入学・ご進級おめでとうございます。



学校給食は、生徒の心身の健全な発達と、食事に関する正しい理解と習慣を養うことを目的とし、安心・安全な給食を提供しています。

- ★調理については、食中毒予防に万全を期するために、加熱調理を原則としています。
 加熱したものは、中心温度を測定し、十分に熱が通っていることを確認しています。
- ★加工品については、産地や製造工程、加工地などを確認し、物資選定委員会にて選定されています。
 ※物資選定委員会：毎月1回翌月分使用する給食物資の選定を行う会議で、保護者の代表の他、学校からは校長の代表・給食担当の代表が委員として出席します。

《献立の内容》

Aコース：東名 厚木 小鮎 藤塚 林 睦合 中学校

主食：月 ご飯
 火 パン または ご飯
 水 ご飯
 木 ご飯
 金 めん または ご飯



飲み物：基本的に牛乳です。
 おかず：汁物・煮物・炒め物・揚げ物・果物・デザートなど。

《学校給食摂取基準（文部科学省）》

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン				食物繊維
							A	B ₁	B ₂	C	
kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g
830	27.0～41.5	18.4～27.7	2.5未満	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7.0以上

学校給食摂取基準（文部科学省）は、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）」に基づき算出されています。最新版の「日本食品標準成分表2020年版（八訂）」は実際に摂取しているエネルギー量により近い数値が算出されるようになりました。厚木市では、「日本食品標準成分表2020年版（八訂）」を基に栄養価の算出をしていますので、学校給食摂取基準（文部科学省）と数値の差が出ています。給食の内容や量は今までと変わりませんのでご安心ください。

☆給食に関する届出について☆

- 給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は『学校給食申込変更届出書』（学校、市HPで入手可）に停止期間等をご記入の上、提出してください。
- 給食を再開する場合/喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、『学校給食申込変更届出書』を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

☆学校給食用食材について☆



産地(予定)



放射性物質
の測定結果