




がつよていこんだてひょう しょうがっこう 4月予定献立表 小学校



令和7年度 古賀市学校給食センター ☎ 942-6155

※ 材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

日	曜	こんだて		ねつやちからになる	ちやにく、ほねになる	からだのちようしをととのえる	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	
		牛乳	おかず							
9	水	○	キャロットパン ポルシチ ブロッコリーとまめのサラダ	キャロットパン なたねあぶら じゃがいも さとう ドレッシング しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく がら(だし)	たまねぎ にんじん キャベツ トマト りんご ブロッコリー きゅうり	613	23.2	23.1	
10	木	 入学式 入学式								
11	金	○	むぎごはん 《福岡県の食材》 わかたけに ほうれんそうのサラダ	こめ むぎ なたねあぶら じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ しらすぼし	たけのこ にんじん こんにやく えだまめ ほうれんそう れんこん コーン	629	21.2	19.4	
14	月	○	ことうねじりパン さつまいものとうにゅうシチュー ツナサラダ	ことうねじりパン なたねあぶら さつまいも しろいんげんまめ こむぎこ だいずバター さとう ドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう まぐろ	たまねぎ にんじん ブロッコリー カリフラワー きゅうり	617	23.6	24.3	
15	火	○	ごはん 《旬の魚》さわらフライ こまつなのごまあえ 《旬のみそ汁》 はるキャベツのみそしる	こめ なたねあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう さわらフライ あつあげ いりこ(だし) みそ	こまつな もやし にんじん キャベツ たまねぎ はねぎ	619	20.6	18.5	
16	水	○	けんさんこむぎ しょくパン ハンバーグのデミグラスソース エリンギのソテー たまごスープ りんごヨーグルト	けんさんこむぎしょくパン さとう デミグラスソース ウスターソース オリーブゆ だんご	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン たまご がら(だし) りんごヨーグルト	エリンギ キャベツ たまねぎ にんじん きくらげ トマト コーン はねぎ	636	27.1	24.6	
17	木	○	むぎごはん ポークカレー にんじンドレッシングサラダ	こめ むぎ なたねあぶら じゃがいも ウスターソース カレールー ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく とりさきみ がら(だし)	しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんご トマト キャベツ ほうれんそう コーン	631	20.0	16.0	
18	金	○	ごはん はつがげんまいいりつくね きんぴらごぼう とうふのみそしる	こめ なたねあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく はつがげんまいいりつくね とうふ いりこ(だし) みそ	ごぼう にんじん こんにやく たまねぎ はねぎ	657	23.4	18.9	
21	月	○	はいがしよくパン はるキャベツのクリームに アスパラガスのサラダ 《旬の食材》いちごゼリー	はいがしよくパン なたねあぶら じゃがいも シチュールウ ドレッシング さとう いちごゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ まぐろ がら(だし)	キャベツ たまねぎ にんじん えだまめ アスパラガス カリフラワー コーン	612	25.8	22.9	
22	火	○	ごはん 《福岡県の料理》 がめに かんでんサラダ	こめ なたねあぶら さとも さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ こんぶ かんでん ハム	れんこん にんじん たけのこ こんにやく えだまめ ほうれんそう たまねぎ	637	20.8	19.8	
23	水	○	せわりパン 《古賀市の食品》ウインナー ジャーマンポテト コンソメスープ ケチャップ	せわりパン オリーブゆ じゃがいも なたねあぶら	ぎゅうにゅう ウインナー ベーコン とりにく がら(だし)	えだまめ たまねぎ キャベツ にんじん トマト	605	24.7	26.4	
24	木	○	ごはん 《中国の料理》 はっばうさい シュウマイ もやしのナムル	こめ なたねあぶら だんご ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ シュウマイ ハム がら(だし)	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ もやし きゅうり しょうが	614	22.3	17.6	
25	金	○	むぎごはん いわしのおかかに こんにやくのいためもの じゃがいものみそしる	こめ むぎ なたねあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう いわしのおかかに ぶたにく あぶらあげ いりこ(だし) みそ	たまねぎ こんにやく こまつな えのき はねぎ	623	23.2	18.8	
28	月	○	ぶどうパン とうふのミートソース マカロニサラダ	ぶどうパン なたねあぶら さとう マカロニ オリーブゆ ハヤシルー ウスターソース ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたひきにく だいず	にんにく たまねぎ にんじん えだまめ りんご キャベツ トマト きゅうり コーン	654	24.9	25.1	
30	水	○	けんさんこむぎ しょくパン キャベツのメンチカツ フレンチサラダ ミネストローネ	けんさんこむぎしょくパン なたねあぶら さとう オリーブゆ じゃがいも しろいんげんまめ ドレッシング	ぎゅうにゅう メンチカツ ハム とりにく がら(だし)	カリフラワー きゅうり にんじん たまねぎ トマト	655	26.2	27.1	

※ 今月の地場産食材…小松菜、春キャベツ、みそ、卵

※ 福岡県産…牛乳、米(元気がつく)、麦、県産小麦食パン、大豆、油揚げ、豆腐、筍、葉ねぎ、しめじ、ほうれん草、いちごゼリー



新年度が始まります！今年度も、古賀市の学校給食をよろしくお願ひいたします 🌸

4月予定献立表 中学校

令和7年度

古賀市学校給食センター ☎ 942-6155

※ 材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

日	曜	こんだて			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
		牛乳	主食	おかず	1群:たんぱく質	2群:カルシウム	3群:カロテン	4群:ビタミンC	5群:炭水化物	6群:脂質			
					魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・芋類・砂糖	油脂			
9	水	※ ※ ※ 入 学 式 ※ ※ ※											
10	木	ごはん	マーボー豆腐 切り干し大根の中華和え	豚挽き肉 豆腐 みそ 鶏ささみ	牛乳 寒天	人参	にんにく しょうが 玉ねぎ 根深ねぎ 切り干し大根 きゅうり	米 砂糖 でん粉	菜種油 オイスターソース ごま ごま油	744	27.1	20.7	
11	金	麦ごはん	《福岡県の食材》若竹煮 ほうれん草のサラダ	鶏肉 厚揚げ	牛乳 しらす干し	人参 ほうれん草	筍 こんにやく 枝豆 れんこん コーン	米 麦 じゃが芋 砂糖	菜種油 ノンエッグマヨネーズ	730	24.2	21.8	
14	月	黒糖ねじりパン	さつま芋の豆乳シチュー ツナサラダ	鶏肉 豆乳 まぐろ	牛乳	人参 ブロッコリー	玉ねぎ カリフラワー きゅうり	黒糖ねじりパン さつま芋 白いんげん豆 小麦粉 砂糖	菜種油 大豆バター ドレッシング	707	26.8	27.6	
15	火	ごはん	《旬の魚》さわらフライ 小松菜のごま和え 《旬のみそ汁》 春キャベツのみそ汁	さわらフライ 厚揚げ みそ	牛乳 いりこ(だし)	小松菜 人参 葉ねぎ	もやし キャベツ 玉ねぎ	米 砂糖	菜種油 ごま	704	22.7	19.8	
16	水	県産小麦食パン	ハンバーグのデミグラスソース エリンギのソテー 卵スープ りんごヨーグルト	ハンバーグ ベーコン 卵 がら(だし)	牛乳 りんごヨーグルト	人参 トマト 葉ねぎ	エリンギ キャベツ 玉ねぎ 木耳 コーン	県産小麦食パン 砂糖 でん粉	デミグラスソース ウスターソース オリーブ油	775	32.8	29.6	
17	木	麦ごはん	ポークカレー 人参ドレッシングサラダ	豚肉 鶏ささみ がら(だし)	牛乳	人参 トマト ほうれん草	しょうが にんにく 玉ねぎ りんご キャベツ コーン	米 麦 じゃが芋	菜種油 ウスターソース カレールー ドレッシング	733	22.8	17.7	
18	金	ごはん	発芽玄米入りつくね 金平ごぼう 豆腐のみそ汁	豚肉 発芽玄米入りつくね 豆腐 みそ	牛乳 いりこ(だし)	人参 葉ねぎ	ごぼう こんにやく 玉ねぎ	米 砂糖 じゃが芋	菜種油	736	25.3	19.6	
21	月	胚芽食パン	春キャベツのクリーム煮 アスパラガスのサラダ 《旬の食材》いちごゼリー	鶏肉 まぐろ がら(だし)	牛乳 チーズ	人参 アスパラガス	キャベツ 玉ねぎ 枝豆 コーン カリフラワー いちごゼリー	胚芽食パン じゃが芋 砂糖	菜種油 シチュールー ドレッシング	737	30.8	27.1	
22	火	ごはん	《福岡県の料理》がめ煮 寒天サラダ	鶏肉 厚揚げ ハム	牛乳 昆布 寒天	人参 ほうれん草	れんこん 筍 こんにやく 枝豆 玉ねぎ	米 里芋 砂糖	菜種油 ノンエッグマヨネーズ	740	23.7	22.3	
23	水	背割りパン	《古賀市の食品》ウインナー ジャーマンポテト コンソメスープ ケチャップ	ウインナー ベーコン 鶏肉 がら(だし)	牛乳	人参 トマト	枝豆 玉ねぎ キャベツ	背割りパン じゃが芋	オリーブ油 菜種油	727	29.6	33.1	
24	木	ごはん	《中国の料理》八宝菜 焼売 もやしのナムル	豚肉 焼売 ハム がら(だし)	牛乳 ちくわ	人参	にんにく 玉ねぎ キャベツ 筍 もやし きゅうり しょうが	米 でん粉 砂糖	菜種油 ごま油	739	26.6	21.5	
25	金	麦ごはん	いわしのおかか煮 こんにやくの炒めもの じゃが芋のみそ汁	いわしのおかか煮 豚肉 油揚げ みそ	牛乳 いりこ(だし)	小松菜 葉ねぎ	玉ねぎ こんにやく えのき	米 麦 砂糖 じゃが芋	菜種油	709	25.6	20.0	
28	月	ぶどうパン	豆腐のミートソース マカロニサラダ	豆腐 豚挽き肉 大豆	牛乳	人参 トマト	にんにく 玉ねぎ 枝豆 りんご キャベツ きゅうり コーン	ぶどうパン 砂糖 マカロニ	菜種油 オリーブ油 ハヤシルウ ウスターソース ノンエッグマヨネーズ	751	28.4	28.5	
30	水	県産小麦食パン	キャベツのメンチカツ フレンチサラダ ミネストローネ	メンチカツ ハム 鶏肉 がら(だし)	牛乳	人参 トマト	カリフラワー きゅうり 玉ねぎ	県産小麦食パン 砂糖 じゃが芋 白いんげん豆	菜種油 オリーブ油 ドレッシング	759	29.9	29.9	

※ 今月の地場産食材・・・小松菜、春キャベツ、みそ、卵

※ 福岡県産・・・牛乳、米(元気づくし)、麦、県産小麦食パン、大豆、油揚げ、豆腐、筍、葉ねぎ、しめじ、ほうれん草、いちごゼリー



新年度が始まります！今年度も、古賀市の学校給食をよろしくお願いたします