



# 令和7年4月 給食献立表



中学校

Bブロック

東部学校給食センター

日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミン0を多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)	備考
11 (金)	米飯			米		781	中華料理を味わおう 「八宝菜」
	牛乳	牛乳				28.3	
	八宝菜	えび 豚肉 うずら卵	生姜 にんにく にんじん 白菜 しいたけ	大豆油 でんぶん ごま油	中華スープの素 塩 こしょう 醤油 オイスターソース ガラスープ フィッシュカルシウム 中華ドレッシング	381	
	中華サラダ	ハム	キャベツ きゅうり もやし きくらげ	春雨			
	杏仁かん	牛乳 寒天	黄桃缶 みかん缶 パインアップル缶	砂糖			
14 (月)	食パン			パン		826	春を味わおう 「春のポトフ」
	チーズ	チーズ				33	
	牛乳	牛乳				445	
	ハムカツ	ハム		パン粉 でんぶん 大豆油			
	レタス		レタス				
春のポトフ	鶏肉	にんじん 新たまねぎ 新キャベツ	新じゃがいも	スープストック こしょう 塩 ガラスープ			
15 (火)	米飯			米		895	給食の人気メニュー 「ポークカレー」
	ポークカレー	豚肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん りんごペースト	大豆油 じゃがいも	塩 ガラスープ 赤ワイン こしょう カレールウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース フィッシュカルシウム	28.9	
	牛乳	牛乳				660	
	フレンチサラダ		にんじん キャベツ とうもろこし きゅうり		コールスロードレッシング		
	ヨーグルト	ヨーグルト		砂糖			
16 (水)	麦入り米飯(5%)			米 麦		746	だしを味わう料理 「おでん」
	ひじきの佃煮	ひじき佃煮				26.4	
	牛乳	牛乳				444	
	おでん	豚肉 昆布 さつまあげ うずら卵	こんにゃく 大根	砂糖 じゃがいも	かつおだし 醤油 みりん フィッシュカルシウム		
	野菜のからし和え		キャベツ ほうれん草 にんじん もやし		醤油 かつおだし 洋辛子粉		
17 (木)	ミルク食パン	スキムミルク		パン		751	小学校で人気の特が 「パインサラダ」
	チョコレートクリーム			チョコレートクリーム		28.8	
	牛乳	牛乳				404	
	ミートボール	鶏肉 豚肉	たまねぎ しょうが	パン粉 砂糖 なたね油	塩 トマトケチャップ 酢 醤油		
	パインサラダ		キャベツ きゅうり パインアップル缶		フレンチドレッシング		
白菜スープ	ベーコン	たまねぎ にんじん 白菜 チンゲンサイ しめじ		大豆油 でんぶん	塩 こしょう スープストック 醤油 ガラスープ		
18 (金)	米飯			米		837	栄養豊富な野菜 「にんじん」
	牛乳	牛乳				32.3	
	鶏肉の吉野揚げ	鶏肉		小麦粉 でんぶん 大豆油 砂糖	酒 醤油 フィッシュカルシウム みりん ウスターソース	517	
	にんじんのきんぴら	豚肉	にんじん ごぼう 糸こんにゃく たけのこ	ごま油 大豆油 砂糖 ごま	醤油 かつおだし フィッシュカルシウム 赤唐辛子粉		
	みそ汁	油揚げ 豆腐 わかめ みそ	大根 根深ねぎ		かつおだし いりこだし		
21 (月)	米飯			米		903	点心を味わおう 「あんまん」
	牛乳	牛乳				34.6	
	麻婆豆腐	豚肉 豆腐 みそ	にんにく 生姜 しいたけ にんじん たけのこ たまねぎ 根深ねぎ	大豆油 砂糖 でんぶん ごま油	中華スープの素 酒 オイスターソース マーボー豆腐の素 醤油 フィッシュカルシウム 赤唐辛子粉		
	リャンパンあんまん	ハム 小豆	レタス きゅうり	春雨 小麦粉 砂糖	青じそドレッシング		
22 (火)	ミルク食パン	スキムミルク		パン		829	うまみたっぷりの 「クラムチャウダー」
	牛乳	牛乳				31.7	
	クラムチャウダー	あさり ベーコン チーズ 牛乳 スキムミルク	たまねぎ にんじん しめじ パセリ	じゃがいも 小麦粉 マーガリン 大豆油	ガラスープ スープストック 塩 こしょう 白ワイン フィッシュカルシウム	461	
	ささみフライ	鶏肉		パン粉 加工デンプン 大豆油			
	コーンサラダ		とうもろこし キャベツ にんじん きゅうり		サウザンアイランドドレッシング		
23 (水)	米飯			米		866	大豆の栄養を いただく 「大豆と豚肉の そぼろ丼」
	牛乳	牛乳				34.8	
	大豆と豚肉のそぼろ丼	豚肉 高野豆腐	生姜 にんじん	大豆油 砂糖	醤油 みりん	401	
	厚焼卵	鶏卵		砂糖	みりん かつおだし 醤油		
	実だくさん汁	鶏肉 豆腐 みそ	にんじん 白菜 根深ねぎ	じゃがいも でんぶん	かつおだし		
24 (木)	麦入り米飯(5%)			米 麦		799	旬の食材 「春キャベツ の即席漬け」
	牛乳	牛乳				31.9	
	生揚げの煮物	鶏肉 生揚げ	生姜 にんじん たけのこ こんにゃく ごぼう しいたけ 枝豆	大豆油 砂糖	醤油 みりん かつおだし フィッシュカルシウム	557	
	ししゃもの唐揚げ	ししゃも		でんぶん 大豆油			
	春キャベツの即席漬け	塩昆布	新キャベツ	ごま	塩		







# 令和7年4月 給食献立表



中学校

Bブロック

東部学校給食センター

日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)	備考
25 (金)	ソフトめん			ソフトめん		821 31.1 420	給食のめん料理の定番 「ミートソース」
	ミートソース	豚肉 牛肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にん じん トマト りんごペースト	大豆油 小麦粉 マーガ リン	赤ワイン ナツメグ ウ スターソース スープス トック ガラスープ トマ トケチャップ 塩 こしょ う フィッシュカルシウム		
	牛乳	牛乳					
	ポテトサラダ パインアップル缶	ハム	キャベツ きゅうり 赤ピーマン パインアップル缶	じゃがいも マヨネーズ	こしょう		
28 (月)	米飯			米		818 23.9 445	よくかんで食べよう 「イカメンチカツ」 
	ふりかけ				たまごのりのふりかけ		
	牛乳	牛乳					
	イカメンチカツ	いか	キャベツ にんじん しょうが にんにく	パン粉 小麦粉 大豆油 砂糖			
	野菜のごま酢和え 大根スープ	鶏肉	ほうれん草 キャベツ にんじん 大根 しめじ にんじん チンゲ ンサイ 根深ねぎ	ごま 砂糖 ごま油 でんぶん	醤油 酢 塩 ガラスープ 塩 醤油 中 華スープの素 酒		
30 (水)	米飯			米		815 29.4 402	ふるさと給食の日・ 八十八夜献立 
	牛乳	牛乳					
	肉豆腐	豚肉 焼き豆腐	糸こんにゃく にんじん 白菜 えのきたけ 根深ねぎ	砂糖	酒 醤油		
	茎わかめサラダ	茎わかめ	きゅうり キャベツ とうもろこ し にんじん		乳化ごまドレッシング		
	抹茶プリン	豆乳	緑茶	砂糖 でんぶん			

※ 家庭配付用献立表には、すべての食材は記載されていません。詳細な内容が必要な場合は、詳細献立表を確認してください。  
 ※ 令和7年4月以降、静岡市の学校給食では落花生（ピーナッツ）・くるみを原材料とした給食の提供はありません。  
 ※ 米飯の製造過程で小麦、大豆が混入する可能性があります。  
 ※ パンの製造過程でくるみ、卵、落花生、ごま、大豆、豚肉、りんご、ゼラチンが混入する可能性があります。  
 ※ めん類の製造過程でそば、卵が混入する可能性があります。  
 ※ 東部学校給食センターでは、アレルギー原因食材を使用した調理機器の共用があります。  
 また、別のブロックで使用するアレルギー原因食材の飛沫等が混ざる可能性もあります。  
 ○挿絵・記事：少年写真新聞社「新食育ブック」「食育ブック」、健学社「すぐに役立つ！食育だより」「食育フォーラム」、  
 全国学校給食協会「給食だより工房」「学校給食」



## 入学・進級おめでとうございます！

いよいよ令和7年度の学校給食が始まりました。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるように東部学校給食センター職員一丸となって取り組んでいきます。一年間よろしくお祈りします。



## 学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



献立表を確認して、必要な時にはスプーンも持ってきましょう！

## 静岡市学校給食Webサイト

静岡市の学校給食  
 しゃんくんと  
 おいしい静岡  
 いただきます！

静岡市学校給食Webサイトでは、家庭配付献立表、給食レシピの紹介、しゃんくんの旅などで、学校給食を紹介しています。ぜひご覧ください。



## 令和7年度 献立作成テーマ

「感謝して食べよう  
 静岡のめぐみと食を支える人たち」

生産者や食べ物のめぐみに感謝して、残さず食べることができること、各地域の地場産物や食文化について理解を深めることを目的としています。

