



2025年 4月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			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・食物繊維）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	ゆしるい 油脂類・種実類		
11	金	ごはん					こめ		594	22.0
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とりにくのからあげ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぶん	あぶら		
		あかじそあえ			しそ	きゅうり・だいこん				
		さくらのすましじる	とうふ・かまぼこ		にんじん・こまつな	えのきたけ・はくさい				
14	月	ごはん					こめ		631	15.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		カレーライス	ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
		フルーツゼリーあえ				ナタデココ・パインアップル もも				
		＜マスカットゼリー＞				ぶどう	さとう			
15	火	ごはん					こめ		580	24.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		いわしのうめに	いわし		しそ	うめ	さとう・でんぶん			
		ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう	もやし	さとう	ごま		
		しんじゃがいものみそしる	とりにく・なまあげ みそ	わかめ	にんじん	しめじ・ねぎ	じゃがいも			
16	水	ごはん					こめ		636	25.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		メンチカツ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	こむぎこ・パンこ でんぶん・さとう	あぶら		
		なばなとささみのいためもの	とりにく		なばな・にんじん	とうもろこし		あぶら		
		かきたまじる	たまご・かまぼこ こうやどうふ		みつば	はくさい・えのきたけ	でんぶん			
17	木	ごはん					こめ		586	21.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ヘルシーマーボードウフ	ぶたにく・ぶたレバー だいず・とうふ みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ しょうが・にんにく	さとう・でんぶん	あぶら		
		パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	さとう・はるさめ	ごまあぶら		
18	金	ミルクロールパン					ミルクロールパン		636	22.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		アスパラのクリームペンネ	ベーコン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん アスパラガス	たまねぎ	ペンネ・じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
		キャベツサラダ	ツナ・だいず		ブロッコリー あかピーマン	キャベツ・カリフラワー		ドレッシング		
		おいわいゼリー				さくらんぼ・レモン	さとう・みずあめ			
21	月	ごはん					こめ		624	24.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さばのしおやき	さば					あぶら		
		ひじきのいために	だいず・あぶらあげ	ひじき		とうもろこし・えだまめ	さとう	あぶら		
		よしのじる	とりにく		にんじん	だいこん・こんにゃく ねぎ	さといも・でんぶん			

「まごわ
やさしい」
こんだて

だしを
あじわうひ

毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



2025年 4月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			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・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油・油脂類・種実類		
22	火	ちゅうかめん					ちゅうかめん		557	20.9
		しょうゆラーメン (しる)	ぶたにく・なると		にんじん	もやし・ねぎ にんにく		あぶら		
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あげぎょうざ・2こ	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・にんにく	こむぎこ	あぶら こまあぶら		
		ちゅうかあえ		わかめ	チンゲンサイ	キャベツ	さとう	こまあぶら		
23	水	ごはん					こめ		610	23.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あつやきたまご	たまご				さとう・でんぶん	あぶら		
		ブロッコリーのおかかあえ	かつおけすりぶし		ブロッコリー	カリフラワー				
		にくじゃが	ぶたにく・ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ・こんにゃく	じゃがいも・さとう	あぶら		
24	木	ごはん					こめ		619	24.0
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		てりやきハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
		きりぼしだいこんのごますあえ	ツナ		こまつな	きりぼしだいこん	さとう	こま こまあぶら		
		ぶたじる	ぶたにく・なまあげ みそ		にんじん	だいこん・ごぼう こんにゃく・ねぎ				
25	金	クロスロールパン					クロスロールパン		653	28.0
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さけのレモンマヨソース	さけ		パセリ	たまねぎ・エリンギ レモン	さとう・でんぶん	あぶら ノンエッグ マヨネーズ		
		ミネストローネ	とりにく		にんじん・トマト ブロッコリー	キャベツ	じゃがいも・さとう しろいんげんまめ ひよこまめ			
28	月	ごはん					こめ		614	19.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
		ほねぶとあえ		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし・えのきたけ	さとう			
		しんたまねぎのみそしる	とうふ・あぶらあげ みそ	わかめ	かぼちゃ・にんじん	たまねぎ				
30	水	ごはん					こめ		570	24.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さわらのあんかけ	さわら				でんぶん・さとう	あぶら		
		きんぴらごぼう	とりにく		にんじん さやいんげん	ごぼう・こんにゃく	さとう	こまあぶら		
		わかたけじる	とうふ	わかめ	こまつな	たけのこ・だいこん ほししいたけ				

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ② 11日、14日、15日、17日、21日、24日、30日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。
- ③ 献立予定表には主な材料のみ記載しています。
食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- ④ 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。
給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

