

令和7年4月 予定献立表

高岡市立福岡小学校

日 曜日	行事	主食	牛乳	副食	主な食材						エネルギー
					血や肉のもとになる 赤の食品	熱や力のもとになる 黄の食品	体の調子を整える 緑の食品				
9	2～6年生 給食開始	食パン (乳)	牛乳 (乳)	ハンバーグ ビーフンソテー きゃべつのスープ	牛乳 鶏肉	食パン ビーフン 油	もやし きやべつ コーン 玉ねぎ 人参 青梗菜	555kcal 25.9g			
10	1年生 給食開始 入学・進級 おめでとう献立	麦ごはん	牛乳 (乳)	肉シューマイ 白菜ときゅうりの和え物 カレーライス(乳) お祝いゼリー	牛乳 豚肉	肉シューマイ 麦ごはん じゃがいも 油 カレールー お祝いゼリー	白菜 きゅうり 人参 玉ねぎ	662kcal 19.7g			
11		ごはん	牛乳 (乳)	ふくらぎのみりん焼き きゃべつの即席漬け 厚揚げと野菜のうま煮	牛乳 厚揚げ	ふくらぎ 鶏肉 ごはん 砂糖 じゃがいも こんにゃく	生姜 きやべつ きゅうり 人参	646kcal 28.5g			
14	郷土食献立 (ほたるいか)	ごはん	牛乳 (乳)	ほたるいかフライ 三色ひたし 肉じゃが 豆乳プリン	牛乳 豚肉	ほたるいかフライ ごはん 油 ごま じゃがいも こんにゃく 豆乳プリン	きゃべつ ほうれん草 人参 玉ねぎ	660kcal 21.5g			
15	郷土食献立 (たけのこ ごはん)	たけのこ ごはん	牛乳 (乳)	さわらのマヨネーズ焼き(卵) もやしのひたし 豆腐のすまし汁	牛乳 絹豆腐	さわら 醤油飯 砂糖 マヨネーズ おつゆ麩	たけのこ きゅうり えのきたけ ねぎ	583kcal 28.0g			
16		コッパン (乳)	牛乳 (乳)	なつぽコロッケ(乳) アスパラサラダ ワンタンスープ	牛乳 豚肉	なつぽコロッケ コッパン 油 砂糖 ごま	グリーンアスパラガス きゅうり もやし 人参 干し椎茸	581kcal 21.7g			
17		ごはん	牛乳 (乳)	ちくわの磯辺揚げ 煮豆 玉ねぎと油揚げの味噌汁	牛乳 青のり粉	ちくわ 卵 金時豆 油揚げ 味噌	大根 玉ねぎ 人参 ねぎ	676kcal 25.9g			
18	地場産品 献立 (ほうれん草)	ごはん (減量)	牛乳 (乳)	焼きさば ほうれん草のごま味噌 いなりうどん	牛乳 油揚げ	塩さば 味噌 焼きかまぼこ	ほうれん草 きやべつ えのきたけ 人参	658kcal 32.3g			
19	たかおか 食19并献立	ごはん	牛乳 (乳)	春のカラフル五目丼 小松菜ときゃべつのごま和え じゃがいもとわかめの味噌汁 ヨーグルト(乳)	牛乳 味噌	鶏肉 わかめ ヨーグルト	生姜 玉ねぎ 人参 生椎茸 枝豆 小松菜 きやべつ ねぎ	613kcal 24.7g			
22		ごはん	牛乳 (乳)	豚肉のジャンロー ゆで野菜 団子汁	牛乳 味噌	豚肉 鶏肉 白玉団子	生姜 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ごぼう 生椎茸	601kcal 26.0g			
23		1/2 コッパン (乳)	牛乳 (乳)	コーンエッグ(卵) フルーツヨーグルト和え(乳) ソフト麺のミートソースかけ	牛乳 豚肉	卵 ヨーグルト 大豆	コーン りんご缶 バイン缶 もも缶 バナナ 生姜 玉ねぎ 人参 マッシュルーム トマト	678kcal 27.5g			
24		ごはん	牛乳 (乳)	赤魚のカレー揚げ 青菜のひたし わかめの味噌汁 オレンジ	牛乳 油揚げ	赤魚 わかめ 味噌	小松菜 きやべつ 人参 えのきたけ ねぎ オレンジ	649kcal 27.1g			
25		ごはん	牛乳 (乳)	ふくらぎの甘味噌かけ 茎わかめの金平 かきたま汁(卵)	牛乳 味噌	ふくらぎ 味噌 茎わかめ さつま揚げ 卵	生姜 ごぼう 人参 玉ねぎ	634kcal 27.2g			
28		ごはん	牛乳 (乳)	ししゃものフリッター きゃべつの生姜和え 江戸つ子煮	牛乳 牛肉	ししゃものフリッター 大豆 高野豆腐 二分切り昆布	きやべつ きゅうり 人参 生姜 たけのこ 干し椎茸	683kcal 28.0g			
30		食パン (乳)	牛乳 (乳)	若鶏肉の照り焼き ブロッコリーサラダ ポークシチュー(乳)	牛乳 鶏肉	食パン 砂糖 油 じゃがいも マーガリン 小麦粉	ブロッコリー きゅうり コーン 玉ねぎ マッシュルーム 人参	612kcal 28.9g			
※ 都合により、献立や食材を変更する場合があります。 ※ 毎月19日は食育の日です。高岡市では毎月19日前後に「たかおか食19并」のメニューを出しています。									650kcal 24.0g		

※ 下記の食品が含まれている場合は、献立の横に印をつけてあります。
主な材料の欄とともにアレルギー除去の参考にしてください。

卵・卵製品……(卵) 甲殻類……(甲) 乳製品……(乳)

今月の地場産品

米、牛乳、ほうれん草、小松菜、生椎茸

