

きゅうしょくこんだてよていひょう

令和7年4月

新宮町立新宮東小学校

ひに ち よ び	こんだてめい	たいないでのおもなはたらき			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
		おもにからだをつくるもとになる	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる	おもにエネルギーのもとになる			
9 (水)	きゅうにゅう	きゅうにゅう			596	19.8	20.3
	むぎごはん ハヤシライス れんこんとブロッコリーのサラダ	ぶたにくしろいんげんまめ どうにゅう ハム	にんにくたまねぎ にんじん エリンギ えだまめ ブロッコリー れんこん	こめ むぎ じゃがいも あぶら マヨネーズ(卵なし)			
11 (金)	きゅうにゅう たけのこごはん さんましょがに ほうれんそうのごまあえ あつあげのみそしる	きゅうにゅう とりにくあぶらあげ さんま ほうれんそう にんじん もやし あつあげみそ	たけのこ にんじん えだまめ ほうれんそう にんじん もやし キャベツ エノキねぎ	こめ あぶら さとう ごま ねりごまさとう さといも ごまあぶら	581	24.5	24.6
	きゅうにゅう むぎごはん さわらのバターやき こまつなとハムのごまじょうゆあえ けんちんじる	きゅうにゅう さわら ハム とうふ		こめ むぎ バター ごまさとう さといも ごまあぶら			
14 (月)	きゅうにゅう ごくどうしょくパン ポークピーンズ だいこんサラダ ニューサマー オレンジ	きゅうにゅう ぶたにくベーコン だいすみそ ハム わかめ		こくどうパン じゃがいも さとう あぶら あぶら さとう ニューサマー オレンジ	545	24.5	17.4
	きゅうにゅう むぎごはん チキンカレー フルーツカクテル	きゅうにゅう とりにくとうにゅう たまねぎ にんじん えだまめ にんにく みかん パイン もも		こめ むぎ じゃがいも あぶら カクテルゼリー			
17 (木)	きゅうにゅう キャロットパン ベンヌのミートソース キャベツとハムのサラダ	きゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにくレンズまめ ハム	たまねぎ にんじん エリンギ にんにく キャベツ きゅうり コーン	キャロットパン マカロニ あぶら さとう あぶら	622	23.0	24.9
	きゅうにゅう むぎごはん じゃがいものちゅうかいため ちゅうかコーンスープ	きゅうにゅう ぶたにく たまご		こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら でんぶん さとう あぶら			
21 (月)	きゅうにゅう むぎごはん にくじやが ちりめんとやさいのナムル いりこ	きゅうにゅう ぎゅうにく たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ しらすぼし いりこ		こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう さとう ごまあぶら	578	22.0	15.5
	きゅうにゅう てりやきチキンバーガー(パン) てりやきチキンバーガー(てりやきチキン) ゆでやさい ミネストローネ	きゅうにゅう とりにく しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん えだまめ セロリ にんにくトマト		パン さとう マヨネーズ(卵なし) マカロニ じゃがいも あぶら			
23 (水)	きゅうにゅう マー婆ーどん(むぎごはん) マー婆ーどん(具) はるさめスープ	きゅうにゅう どうふ ぶたにくみそ どうふ ぶたにく		こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん はるさめ	589	24.5	19.3
	きゅうにゅう ワンローフパン いちごジャム どうにゅうクリームシチュー まかろにカレーいため	きゅうにゅう たまねぎ にんじん えだまめ にんじん エリンギ アスパラ コーン		パン いちごジャム じゃがいも あぶら マカロニ あぶら			
25 (金)	きゅうにゅう むぎごはん さばのしおやき もやしとわかめのちゅうかあえ キャベツのみそしる	きゅうにゅう さば ツナ わかめ どうふ あぶらあげみそ		こめ むぎ ごまあぶら さとう ごまあぶら	626	33.0	22.9
	きゅうにゅう むぎごはん いわしカリカリフライ ぶたにくとキャベツのソテー こまつなのみそしる	きゅうにゅう いわし ぶたにく どうふ あぶらあげみそ		こめ むぎ あぶら あぶら こまつな たまねぎ エノキねぎ			
28 (月)	きゅうにゅう しそごはん わかめうどん きりぼしだいこんのごまねーズ	きゅうにゅう うどん わかめ とりにく かまぼこ ツナ		こめ むぎ うどん ごまあぶら	599	22.8	21.8
	きりぼしだいこんのごまねーズ	きりぼしだいこん キャベツ コーン		ごまあぶら			
30 (水)	きりぼしだいこんのごまねーズ	きりぼしだいこん キャベツ コーン		ごまあぶら	592	21.4	16.2

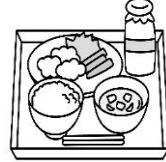
※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。気になることがありますたら、学校へお問い合わせください。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費する(食べる)ということ)に取り組んでいます。

※4月に使用する予定の主な食材の産地は次の通りです。

種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
キャベツ	熊本、宮崎、鹿児島、福岡	ねぎ	福岡	ピーマン	宮崎、鹿児島	ブロッコリー	エクアドル
きゅうり	熊本、宮崎、佐賀、長崎	根深ねぎ	大分	小松菜	福岡、熊本	ほうれん草	福岡、宮崎他
セロリ	福岡、熊本	洗いごぼう	熊本	玉葱	福岡、九州他	たけのこ	福岡、熊本
チンゲンサイ	熊本、福岡	里芋	宮崎、熊本	人参	九州他	エリンギ	福岡
ニラ	宮崎、熊本、福岡	じゃがいも	九州他	枝豆	北海道	えのき	福岡
大根	福岡、熊本、長崎	もやし	福岡	どうもろこし	タイ他	ニューサマー オレンジ	宮崎、高知、福岡、愛媛

今年度も5月から郷土料理や世界の料理を紹介していきます。また、新宮町や古賀市を中心福岡県で採れた野菜や果物を取り入れていきます。楽しみにしてください。



保護者のみなさまへ

・食事環境を整えるために、清潔なナフキン、マスクを持たせて
いただきますようよろしくお願ひいたします。
(給食当番でない子供も給食時間はマスクを着用して待ちますので、
給食用のマスクを持たせてください)

