



令和7年度4月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
8(火)	ふわふわ丼 牛乳 ごまあえ でこぼん	豚肉 豆腐 牛乳 鶏ささみ	たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ キャベツ もやし えだまめ でこぼん	米 麦 麩 三温糖 でん粉 ねりごま ごま油
9(水)	ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ 塩昆布あえ きぬさやのみそ汁	牛乳 いか 塩昆布 豆腐 みそ	しょうが はくさい もやし にんじん たまねぎ しめじ きぬさや	米 でん粉 米油 三温糖 ごま
10(木)	カラフルライス 牛乳 マカロニグラタン コンソメスープ	牛乳 若鶏肉 チーズ ウインナー	とうもろこし たまねぎ グリンピース 赤ピーマン にんじん マッシュルーム はくさい しめじ パセリ	米 じゃがいも マカロニ パン粉
11(金)	ごはん 牛乳 凍り豆腐のそぼろ炒め とりごぼう汁	牛乳 若鶏肉 豚肉 高野豆腐 油揚げ かまぼこ	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ 干ししいたけ えだまめ ごぼう	米 三温糖
14(月)	たけのごはん 牛乳 春雨のごま酢あえ 赤だし	若鶏肉 油揚げ 牛乳 鶏ささみ 豆腐 みそ	しょうが たけのこ にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ 葉ねぎ	米 春雨 三温糖 ごま油 ごま 麩
15(火)	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め 厚揚げのみそ汁	牛乳 豚肉 厚揚げ わかめ みそ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん 白ねぎ	米 三温糖 じゃがいも
16(水)	《 入学・進級お祝い献立 》 キャロットライス 牛乳 えびフライ グリーンサラダ コーンスープ	若鶏肉 牛乳 えびフライ ベーコン	にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり アスパラガス はくさい とうもろこし しめじ パセリ	米 米油
17(木)	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 おかかあえ じゃがいものみそ汁	牛乳 いわし梅煮 かつお節 油揚げ わかめ みそ	こまつな はくさい もやし にんじん たまねぎ しめじ 白ねぎ	米 三温糖 じゃがいも
18(金)	《 笠岡小学校 希望献立 》 黒糖パン 牛乳 ハンバーグのケチャップソースかけ ツナとチーズのサラダ 新たまねぎのスープ いちごゼリー	牛乳 ハンバーグ ツナ チーズ ウインナー	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ	黒糖パン 三温糖 じゃがいも いちごゼリー
21(月)	ごはん 牛乳 若鶏肉と新じゃがいもの甘辛あえ 油揚げのみそ汁	牛乳 若鶏肉 油揚げ わかめ みそ	にんじん たまねぎ しめじ 白ねぎ	米 でん粉 米油 じゃがいも 三温糖 ごま
22(火)	ひき肉のエスニックごはん 牛乳 春雨スープ ヨーグルト	若鶏肉 豚肉 牛乳 ウインナー ヨーグルト	にんにく たまねぎ ピーマン とうもろこし にんじん えのきたけ 葉ねぎ	米 麦 三温糖 春雨
23(水)	わかめごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ煮 かまぼこのすまし汁	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ かまぼこ 豆腐 わかめごはんの素	だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん 葉ねぎ	米 ごんにやく じゃがいも 三温糖
24(木)	ごはん 牛乳 あじの薬味だれかけ 中華あえ 豆腐スープ	牛乳 あじ ツナ 豆腐 かまぼこ わかめ	白ねぎ にんにく しょうが キャベツ にんじん もやし たまねぎ えのきたけ	米 三温糖 ごま油
25(金)	炊き込みごはん 牛乳 春キャベツのマヨネーズあえ しめじのみそ汁	油揚げ 若鶏肉 牛乳 ちくわ 豆腐 みそ	ごぼう にんじん 干ししいたけ キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 マヨネーズ じゃがいも
28(月)	ごはん 牛乳 ひじきと大豆の煮物 かきたま汁 おかかふりかけ	牛乳 若鶏肉 大豆 ひじき さつまあげ 豆腐 かまぼこ 卵	にんじん れんこん えだまめ たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 ごんにやく 三温糖 でん粉 おかかふりかけ
30(水)	肉みそめん 牛乳 焼きぎょうざ きゅうりの中華あえ	豚肉 若鶏肉 みそ 牛乳 ツナ ぎょうざ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ しめじ えだまめ きゅうり キャベツ もやし	中華めん 三温糖 でん粉 ごま油



しょくじちゅう き

食事中に気をつけてほしいこと



しょくじ くる かぞく とも いっしょ たの た
食事のマナーはかた苦しいものではなく、家族や友だちのみんなで一緒に楽しく食べることができるように、
ひとりひとり き
一人一人が気をつけてほしいことです。

しょくじ

食事のあいさつをしよう

しせい た

よい姿勢で食べよう

たの わだい はな

楽しい話題を話そう



いただきます

ごちそうさま



ふか こし せすじ の あし ゆか
いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床に
た
つけて食べます。



まわ ひと いや き も はなし
周りの人が嫌な気持ちになるような話は
さ たの わだい えら
避けて楽しくなる話題を選びましょう。

「いただきます」や「ごちそうさま」は感謝の
き も こころ こ しょくじ
気持ちをあらわしています。心を込めて食事の
あいさつをしよう。