

2025年4月

学校給食予定献立表

草津市学校給食センター
草津市第二学校給食センター

日	曜日	献立名	主な材料とその働き						エネルギー(kcal)	
			おもに体をつくるものとなる食品		おもに体の調子を整えるものとなる食品		おもにエネルギーとなる食品		たんぱく質(g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質(g)	
			魚・肉・卵・豆類	牛乳・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ類	穀類・いも類・砂糖類	油脂	塩分(g)	
						小学校	中学校			
14	月	麦入りごはん 牛乳 ハンバーグケチャップソースかけ コールスローサラダ チキンカレー	ポークハンバーグ 鶏肉	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ とうもろこし レモン たまねぎ	米 大麦 さとう じゃがいも 白いんげん豆	米油 ノンエッグマヨネーズ カレールウ	667 23.0 21.6 2.1	825 28.0 25.8 2.8
15	火	【ご入学・ご進級お祝い献立】 ごはん 牛乳 鶏のから揚げ キャベツとチンゲンサイのかつおあえ お祝いすまし汁 米粉のカップケーキ(いちご味)	鶏肉 花かつお かまぼこ	牛乳	チンゲン菜 にんじん 青ねぎ	にんにく しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	米 でんぶん さとう 米粉のカップケーキ (いちご味)	米油	667 22.7 24.5 1.7	813 28.5 29.6 2.1
16	水	わかめごはん 牛乳 さわらのしょうがたれかけ 豚肉とごぼうのしぐれ煮 春野菜の煮物	さわら 豚肉 鶏肉 油揚げ	牛乳 わかめ	さやいんげん にんじん	しょうが ごぼう たまねぎ ふき たけのこ	米 さとう でんぶん じゃがいも	米油	638 30.6 19.3 2.2	794 39.0 23.6 2.9
17	木	ごはん 牛乳 豚肉のあまだれかけ 白菜と水菜のゆかりあえ 鶏じゃが	豚肉 鶏肉	牛乳	水菜 にんじん さやいんげん	はくさい たまねぎ こんにゃく	米 でんぶん さとう じゃがいも	米油	617 25.0 18.4 1.5	765 31.5 22.1 2.0
18	金	【食育の日・地場産物・郷土料理・ 草津市70周年記念(玉川中3年生) ・青花献立】 ごはん 牛乳 カレイの青花揚げ 滋賀のめぐみのごまあえ 野菜たっぷりみそ汁	かれい 豚肉 打ち豆 みそ	牛乳 わかめ	青花粉 こまつな 愛彩菜 にんじん 青ねぎ	赤こんにゃく だいこん たまねぎ	米 でんぶん さとう	米油 白ごま	569 26.7 17.4 2.0	683 29.5 19.9 2.5
21	月	ごはん 牛乳 厚揚げの肉みそかけ 豚肉とごぼうのピリ辛炒め 米粉入りすまし汁 いちごゼリー(中学生のみ)	厚揚げ 鶏肉 みそ 豚肉 かまぼこ	牛乳 わかめ	青ねぎ にんじん	しょうが こんにゃく ごぼう たまねぎ いちごゼリー (中学生のみ)	米 さとう でんぶん 米粉類	米油	591 23.5 21.4 1.9	763 27.9 25.0 2.4
22	火	麦入りごはん 飲むヨーグルト あじのごまだれかけ とりそぼろどんの具 豆腐とわかめのみそ汁	あじ 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	飲むヨーグルト わかめ	さやいんげん にんじん	とうもろこし たまねぎ	米 大麦 でんぶん さとう じゃがいも	米油 白ごま	609 30.9 14.1 2.1	760 39.1 18.4 2.7
23	水	【日本・世界味めぐり献立】 ごはん 牛乳 鶏のチリソースかけ 春雨の中華あえ 八宝菜	鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん	しょうが にんにく きゅうり とうもろこし たまねぎ たけのこ はくさい 白ねぎ	米 さとう でんぶん はるさめ	米油	578 23.9 17.4 1.8	712 29.6 21.2 2.1
24	木	【減塩献立】 ごはん 牛乳 豚肉のねぎ塩焼き れんこんの炒め煮 五目みそ汁	豚肉 油揚げ みそ	牛乳	さやいんげん にんじん 青ねぎ	にんにく レモン 白ねぎ れんこん こんにゃく たまねぎ	米 さとう じゃがいも	米油	568 25.3 17.5 1.6	700 31.4 20.6 2.2
25	金	【食物せんい献立】 減量黒糖パン 牛乳 鶏肉のカレー揚げ きゅうりとツナのサラダ ポークビーンズ	鶏肉 まぐろ 豚肉 大豆	牛乳	にんじん トマト	にんにく きゅうり キャベツ レモン たまねぎ	黒糖パン でんぶん さとう じゃがいも	米油	627 26.6 26.6 2.2	799 33.5 33.1 2.8
28	月	【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 チキン南蛮 味付けきゅうり 沢煮わん	鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん 青ねぎ	きゅうり たまねぎ ほししいたけ ごぼう たけのこ	米 でんぶん さとう	米油 ごま油 ノンエッグタルタル ソース(中学生のみ)	581 22.0 20.9 1.7	745 27.4 27.6 2.3
30	水	ごはん 牛乳 たらのコンソメ揚げ 大根と壬生菜の昆布あえ キャベツのみそ汁 みかんゼリー	たら 油揚げ みそ	牛乳 昆布	にんじん 壬生菜	だいこん キャベツ たまねぎ みかんゼリー	米 でんぶん	米油	573 22.5 16.0 1.7	694 27.6 18.4 2.4

★今月の地場産物(予定)

* 小学校の栄養価は、4年生のものです。

・草津市産:米、青花粉、愛彩菜、壬生菜、青ねぎ、水菜

・滋賀県産:牛乳、パンの小麦粉、みそ、大麦、大豆、打ち豆

☆毎月19日は食育の日です。

※緊急時(気象条件等)により献立を変更することがあります。