



令和7年度

4月の予定献立

八幡市立南山小学校

進級おめでとうございます。

学校給食は「学校給食摂取基準」に基づき「食育」の観点で給食を実施しています。

献立表には、学校給食の一人分の分量を載せていますので、参考にしてください。

(大量調理のため、調味料はご家庭で作られる場合より少なくなっています。)

安全を第一に考え、おいしく、楽しい給食を提供できるよう工夫をしていますので、
よろしくお願いします。

毎週金曜日はパンに
なりますが、第二金曜
日のみ、米飯になりま
す。給食のお米は八
幡産「ヒノヒカリ」を
使っています。

地産地消として、
八幡の野菜を使っ
ています。八幡産の野
菜は、〇〇(八幡産)
と記載しています。

小学校の平均栄養
量は3、4年生のもの
です。詳しい栄養基
準は裏面に掲載して
います。

行事食を積極的に
取り入れ、それにまつ
わる食文化を紹介し、
伝えていきます。

月1回「八幡食育
の日献立」として、地
元の食材を取り入れ
た和食の献立を実施
していく予定です。

今年度のわくわく
給食は「山城地域の
給食室おすすめレシ
ピ」です。食育に関す
るテーマに沿って、献
立を実施します。

4月9日(水)		4月10日(木)	
麻婆どんぶり 牛乳 春雨スープ		ごはん 牛乳 鯖のみそ煮 たまき汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	80 g
とうふ	70 g	牛乳	1 本
豚ミンチ	15 g	生鯖	
にんじん	5 g	小学校 50g	1 切
たまねぎ	20 g	中学校 60g	1 切
青ねぎ(八幡産)	5 g	合わせみそ	10 g
たけのこ(水煮)	10 g	さとう	4 g
合わせみそ	1 g	酒	1 g
赤みそ	2 g	土しょうが	1 g
ジンジャーパウダー	0.05 g	みりん	2 g
ガーリックパウダー	0.05 g	濃口しょうゆ	2 g
トウバンジャン	0.2 g	水	10 g
酒	1.5 g	にんじん	10 g
片栗粉	1.5 g	大根	15 g
ごま油	0.5 g	板こんにゃく	15 g
塩	0.5 g	油揚げ	7 g
濃口しょうゆ	2 g	さつま揚げ	10 g
さとう	1 g	えのきたけ	8 g
水	10 g	土しょうが	1 g
牛乳	1 本	青ねぎ(八幡産)	5 g
豚肉	10 g	薄口しょうゆ	2 g
にんじん	10 g	濃口しょうゆ	1 g
たまねぎ	20 g	けずりぶし	2 g
太もやし	12 g	煮干し	1 g
普通春雨	7 g	塩	0.4 g
青ねぎ(八幡産)	5 g	水	100 g
塩	0.4 g	片栗粉	1 g
こしょう	0.02 g		
薄口しょうゆ	3 g		
けずりぶし	2 g		
水	100 g		

4月16日(水)		4月17日(木)	
カレーライス 牛乳 ゼリー入りフルーツポンチ		ごはん 牛乳 鶏肉とちくわの照り焼き 五目汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	74 g	米	80 g
麦	6 g	牛乳	1 本
牛肉	15 g	鶏肉	50 g
塩	0.3 g	ちくわ	10 g
こしょう	0.04 g	サイコロこんにゃく	20 g
ジンジャーパウダー	0.04 g	白ねぎ	15 g
ガーリックパウダー	0.04 g	さとう	2 g
サラダ油	1 g	みりん	1 g
たまねぎ	60 g	濃口しょうゆ	3 g
にんじん	20 g	水	10 g
じゃがいも	50 g	豚肉	10 g
チキンスープ	5 g	土しょうが	1 g
マーガリン	6 g	にんじん	10 g
小麦粉	6 g	たまねぎ	20 g
ペーストチャツネ	1.5 g	にら	5 g
塩	0.8 g	太もやし	20 g
こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	4 g
オールのスパイス	0.02 g	塩	0.3 g
赤ワイン	2 g	こしょう	0.02 g
トマトケチャップ	2 g	けずりぶし	2 g
ウスターソース	1 g	水	100 g
カレー粉	0.5 g		
カルダモン	0.01 g		
コリアンダー	0.01 g		
ローリエ	0.01 g		
水	90 g		
牛乳	1 本		
カットゼリーぶどう味	30 g		
みかん(缶)	20 g		
パイン(缶)	15 g		
黄桃(缶)	15 g		

4月11日(金)		4月14日(月)		4月15日(火)	
コーンライス 牛乳 豚肉のケチャップ炒め じゃがいものスープ		ごはん 牛乳 豚肉の塩こうじ炒め とうふのすまし汁		わかめご飯 牛乳 鶏肉のからあげ 野菜のみそ汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	70 g	米	80 g	米	80 g
ホールコーン	15 g	牛乳	1 本	たきこみわかめ	2 g
塩	0.3 g	豚肉	30 g	牛乳	1 本
こしょう	0.02 g	たまねぎ	30 g	鶏肉	70 g
濃口しょうゆ	1 g	キャベツ	50 g	濃口しょうゆ	2 g
チキンスープ	10 g	土しょうが	1 g	酒	1 g
パセリ(乾)	0.03 g	おろしにんにく	0.1 g	ジンジャーパウダー	0.05 g
オリーブ油	1 g	酒	2 g	ガーリックパウダー	0.05 g
牛乳	1 本	塩麴	8 g	米粉	4 g
豚肉	40 g	濃口しょうゆ	1.5 g	片栗粉	6 g
たまねぎ	50 g	サラダ油	3 g	揚げ油	9 g
にんじん	10 g	にんじん	10 g	にんじん	10 g
しめじ	5 g	たまねぎ	20 g	たまねぎ	30 g
サラダ油	0.5 g	とうふ	30 g	えのきたけ	10 g
塩	0.2 g	青ねぎ	5 g	小松菜	20 g
こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	3 g	八幡のみそ	9 g
ジンジャーパウダー	0.02 g	塩	0.2 g	八幡の白みそ	3 g
ガーリックパウダー	0.02 g	けずりぶし	3 g	けずりぶし	2 g
トマトケチャップ	8 g	水	100 g	水	100 g
ウスターソース	3 g				
さとう	0.5 g				
濃口しょうゆ	1 g				
にんじん	10 g				
たまねぎ	20 g				
ポークフランク	15 g				
じゃがいも	30 g				
薄口しょうゆ	3 g				
塩	0.4 g				
こしょう	0.02 g				
チキンスープ	6 g				
水	100 g				
パセリ(乾)	0.02 g				

4月の平均栄養量

区分	小学校	中学校
エネルギー	610 kcal	750 kcal
たんぱく質	25.5 g	30.7 g

※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。
※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。
※ 野菜や献立は天候等により変更になる場合があります。