



4月 予定献立表



2025年：小学校

富谷市学校給食センター

日 (曜)	こ ん だ て ★ 牛乳は毎日つきます。	あかのしよくひん	みどりのしよくひん	きのしよくひん	エネルギー (kcal)	たんぱく 質(g)	給食なしの学校
		からだをつくる	からだのちようしをととのえる	エネルギーのもとになる	脂質(g)	塩分(g)	
8 (火)	始 業 式 ・ 入 学 式						
9 (水)	とみや米のごはん のりふりかけ チキンナゲット(2個) チャプチェ みそスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく みそ のり	にんにく にんじん たけのこ ほししいたけ ビーマン はくさい もやし コーン ねぎ	ごはん しよくぶつゆ さとう はるさめ ごまあぶら パンこ こむぎこ	590 20.8	23.3 2.5	丘小1年・東向小1年 あけ小1年・日小1年 成東小1年・成小1年 明小1年・松支
10 (木)	とみや米のごはん さばのみそ煮 ほうれんそうのおかか和え さつま汁	ぎゅうにゅう さば みそ とうふ かつおぶし とりにく あぶらあげ	ほうれんそう にんじん もやし だいこん ねぎ	ごはん さつまいも	543 18.5	27.7 2.5	東向小1年・日小1年 あけ小1年・松支
11 (金)	とみや米のわかめごはん ハンバーグ照り焼きソース 肉じゃが まいたけのみそ汁	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく とりにく あぶらあげ とうふ みそ	にんじん たまねぎ グリンピース だいこん まいたけ ねぎ こんにゃく	ごはん さとう かたくりこ しよくぶつゆ じゃがいも	620 19.5	25.4 3.2	東向小1年・日小1年 松支
14 (月)	ポークカレーライス (とみや米の麦ごはん ポークカレー) 春色サラダ お祝いゼリー <食育の日こんだて>	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	にんじん キャベツ きゅうり コーン にんにく しょうが たまねぎ りんご トマト	ごはん むぎ ドレッシング しよくぶつゆ じゃがいも おいわいゼリー	671 19.9	23.2 2.1	
15 (火)	ミルクパン 鶏肉のレモンソースがけ カラフルサラダ ABCマカロニスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	レモン ブロッコリー カリフラワー パプリカ セロリー にんじん たまねぎ だいこん キャベツ パセリ	パン かたくりこ しよくぶつゆ さとう ドレッシング マカロニ	607 24.2	28.1 3.4	
16 (水)	とみや米のごはん ほねにきをつけましょう 白身魚フライ(クラス用ソース) ひじきと大豆の炒り煮 きのこのうすくず汁	ぎゅうにゅう タラ ぶたにく ひじき だいず あぶらあげ とりにく たまご	にんじん さやいんげん だいこん なめこ 干しいたけ えのきたけ スリムねぎ こんにゃく	ごはん しよくぶつゆ さとう かたくりこ パンこ こむぎこ	608 22.0	26.4 2.3	
17 (木)	とみや米のごはん いわしのオレンジ煮 切り干し大根の炒り煮 豚汁	ぎゅうにゅう いわし あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ	にんじん ほししいたけ ねぎ きりぼしだいこん ごぼう だいこん こんにゃく オレンジ	ごはん しよくぶつゆ さとう じゃがいも	558 17.0	24.0 2.3	東向小2年
18 (金)	とみや米のごはん 豚肉のねぎ塩だれかけ 里芋のそぼろ煮 わかめと玉ねぎのみそ汁	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ とうふ みそ わかめ	ねぎ しょうが にんにく グリンピース たまねぎ しめじ	ごはん かたくりこ さといも しよくぶつゆ ごまあぶら さとう	667 26.9	26.8 2.1	
21 (月)	中華飯(とみや米のごはん 中華飯の具) フルーツ杏仁ゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか うずらのたまご	もも パイン みかん しょうが にんじん ほししいたけ たけのこ もやし はくさい さやいんげん	ごはん しよくぶつゆ さとう かたくりこ ごまあぶら あんにんゼリー	611 17.8	25.4 2.0	
22 (火)	バターロールパン トマトオムレツ ジャーマンポテト コーンポタージュ	ぎゅうにゅう たまご とりにく ベーコン ひよこまめ	たまねぎ パセリ にんじん コーン トマト	パン オリーブオイル バター じゃがいも なまクリーム	641 26.5	23.0 2.6	
23 (水)	とみや米のごはん メパルの塩こうじ焼き 絹揚げのみそ炒め ほねにきをつけましょう せんべい汁	ぎゅうにゅう メパル ぶたにく レンズまめ きぬあつあげ とりにく なた	ねぎ にんにく にんじん ごぼう ほししいたけ たけのこ だいこん まいたけ	ごはん しよくぶつゆ さとう かたくりこ せんべい	560 14.1	28.0 1.9	
24 (木)	とみや米のごはん 春巻き チョレギサラダ みそワントンスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ ヨーグルト みそ	キャベツ もやし きゅうり ねぎ にんにく にんじん たまねぎ はくさい コーン メンマ	ごはん しよくぶつゆ ワンタン こむぎこ ドレッシング	688 24.1	22.0 2.2	富小・明小
25 (金)	とみや米のごはん いか天ぷら ごぼうと豚肉のみそ炒め かきたま汁	ぎゅうにゅう いか ぶたにく みそ とうふ たまご	ごぼう にんじん さやいんげん ほししいたけ ほうれんそう こんにゃく	ごはん しよくぶつゆ さとう かたくりこ こむぎこ	621 21.9	25.3 2.6	
28 (月)	とみや米のごはん 豚肉の生姜炒め ブロッコリーとツナのサラダ けんちんうどん	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ きぬあつあげ	しょうが たまねぎ スリムねぎ ブロッコリー きゅうり コーン にんじん だいこん れんこん ねぎ こんにゃく	ごはん しよくぶつゆ さとう マロニー マヨネーズ ドレッシング うどん	632 21.2	26.0 2.2	
30 (水)	ビビンバ(とみや米のごはん 肉炒め ナムル) 白湯春雨スープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ベーコン とうふ	にんにく しょうが ねぎ もやし にんじん ほうれんそう たまねぎ キャベツ	ごはん しよくぶつゆ さとう ラーゆ ごまあぶら ごま マロニー	598 21.1	26.3 2.8	日小・松支
※ 都合により献立が変更になる場合があります。給食のない学校は、学校だより等でもご確認ください。栄養価は中学年(3・4年生)の表示です。							

今月のもくひょう

みんなで協力して、楽しい給食時間にしましょう。



各学級に配布されている『給食の約束』、
『給食のあとかたづけ』をよく見ながら、協力して作業をしましょう。



平 均 (単位)	今月の平均値	基準値
エネルギー(Kcal)	614	650
たんぱく質(g)	25.4	21.1～32.5
脂 質(g)	21.0	14.4～21.6
塩 分(g)	2.4	2未満

《 給 食 の 内 容 》

◎ごはん 週4回 〈(月)(水)(木)(金)〉

米は、富谷市で生産された「ひとめぼれ」の1等米を使用しています。
月に1～2回は、混ぜごはんや炊き込みごはんになるときもあります。
大和町にある炊飯委託工場から、直接各学校に届けられます。

◎パン 週1回 〈(火)〉

国産小麦粉100%使用のパンを供給しています。その内、40%が
県産小麦「夏黄金(なつこがね)」、10%が県産小麦「シラネコムギ」
となっています。名取市にある学校給食パン協業組合で作られ、各学校
に配送されます。

◎牛 乳 200mlの紙パック入りで、給食に毎日1本付きます。

◎おかず 煮物・和え物・炒め物・汁物・焼き物・揚げ物など、給食セ
ンターで調理し、各学校へ届けます。主菜・副菜・汁物の組み合わせで、
果物やデザートが付くこともあります。季節毎に、富谷市や黒川郡で生
産されている食材も使用しています。

公益財団法人 宮城県学校給食会が制
作した動画「おいしいパンができるま
で」「おいしいごはんができるまで」が、
YouTubeチャンネルで公開されています。
給食のパン、ごはんができる様子を、ぜ
ひご覧ください。



🌸 1年生の簡易給食 🌸

新1年生のみなさん、入学おめでとうございます。

4月9日から11日までは、給食に慣れてもらうための簡易給食になります。

9日(水)	10日(木)	11日(金)	《今月の地場産品(予定)》
とみや米のごはん のりふりかけ チキンナゲット (2個)	とみや米のごはん さばのみそ煮 豆乳プリン	とみや米の わかめごはん ハンバーグ 照り焼きソース 冷凍パイ	
富小の1年生	富小・丘小・成東小 明石台小の1年生	富小・丘小 あけ小・成東小 明石台小の1年生	・富谷市…米 トマト ・宮城県…牛乳 麦 豚肉 わかめ 卵 舞茸 パプリカ スリムねぎ きゅうり なめこ パン(県産小麦粉約50%使用)

《 食育の日こんだて 》14日…「入学・進級おめでとう給食」

ご入学、ご進級おめでとうございます。

4月の食育の日こんだては、富谷市の給食で一番人気のある「カレーライス」と、暖かな春の色合いを
表現した「春色サラダ」、お祝いの気持ちを込めた「デザート」です。

給食センターでは、子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていくため、今年度も「おいしく・楽しく・
安全な」給食を、職員一同、力を合わせてお届けしたいと思います。今年度も一年間、どうぞよろしくお願い
いたします。