



日	曜日	献立名	スプーン	食品名						エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	栄養価
				あか からだをつくる		みどり からだのちょうどいとをととのえる		きいろ エネルギーのもとになる			
【1群】 魚・肉 卵・豆製品	【2群】 牛乳・乳製品 小魚・海そう	【3群】 緑黄色野菜	【4群】 その他の野菜・果物	【5群】 米・パン・めん いも・砂糖	【6群】 油脂 種実						
1 月	月	ご飯	牛乳	のり塩からあげ② 野菜炒め わかめのみそ汁	とりにく みそ ぎゅうにゅう あおのり さやえんどう わかめ	にんじん にんじん さやえんどう キャベツ もやし だいこん ねぎ	しようが にんにく キャベツ もやし だいこん ねぎ	ごはん でんぶん	あぶら	764 36.5 21.4	
2 火	火	ご飯	牛乳	赤魚の西京焼き さつまいもごはんの具 すいとん	あかうお みそ ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう ねぎ	えだまめ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さつまいも さとう	あぶら	783 36.3 16.8		
3 水	水	黒パン	牛乳	【地場産レシピ：白菜】 ツナオムレツ イタリアンサラダ 白菜のシチュー	ツナ たまご ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム パセリ	あかビーマン コーン たまねぎ はくさい	パン さとう じゃがいも	あぶら	770 27.2 28.0	
4 木	木	ご飯	牛乳	ビビンバ（肉みそ） ビビンバ（ナムル） 春雨スープ ミニりんごゼリー②	ぶたにく とりにく だいす なると	ぎゅうにゅう にんじん チングンサイ	ほうれんそう にんじん キャベツ ねぎ	ごはん さとう ゼリー はるさめ	あぶら	743 28.5 20.0	
5 金	金	きなこ揚げパン	牛乳	にこみうどん ごぼうサラダ チーズ②	きなこ なると あぶらあげ とりにく みそ	ぎゅうにゅう チーズ あかビーマン ほうれんそう	にんじん ねぎ キャベツ きゅうり	パン さとう うどん	あぶら	751 30.1 31.8	
8 月	月	ご飯	牛乳	【ミツカン提供献立】 納豆 ほうれんそうのごま和え 黄金煮	なつとう なまあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	にんじん たけのこ キャベツ もやし	ごはん じやがいも さとう	あぶら	757 30.3 21.7	
9 火	火	ご飯	牛乳	チャーハンの具 棒餃子 トックスープ	とりにく なると やきハム だいす たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう わかれ にら	にんじん チングンサイ ねぎ キャベツ しようが	ごはん トック ぎょうざのかわ	あぶら	742 26.2 18.9	
10 水	水	パークーハウス	牛乳	えびカツ コーンサラダ ミネストローネ	えび ベーコン だいす	ぎゅうにゅう にんじん トマト	ブロッコリー にんじん トマト	パン でんぶん じやがいも さとう	あぶら	755 27.3 27.3	
11 木	木	麦ご飯	牛乳	チキンカレー 海藻じゃこサラダ オレンジ	とりにく	ぎゅうにゅう スキムルク かいそう ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ りんご キャベツ きゅうり オレンジ	むぎごはん じやがいも さとう	あぶら	824 24.7 19.2	
12 金	金	ご飯	牛乳	【大阪・関西万博：奈良県】 さんまの竜田揚げ 権座 飛鳥汁	さんま とうふ なまあげ みそ とりにく どうにゅう	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん にんじん ねぎ	ごはん さといも さとう でんぶん	あぶら	776 28.0 26.3	
15 月	月	ご飯	牛乳	【中学生が考えた献立（一中）】 タルタルチキン（鶏の照り焼き+タルタルソース） いろどりサラダ 小松菜ときのこの汁	とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかれ にまつな	にんじん キャベツ コーン きゅうり	ごはん さとう じやがいも	あぶら	727 34.5 19.1	
16 火	火	ご飯	牛乳	さけのごまみそ揚げ 切り干し大根の中華和え かきたま汁	さけ みそ たまご とうふ	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう こまつな	にんじん きりぼしだいこん たまねぎ えのきたけ	ごはん パン さとう でんぶん	ごま あぶら ごまあぶら	729 29.1 21.2	
17 水	水	ミルクパン	牛乳	ハムチーズピカタ いかくんサラダ チリコンカン	たまご ぶたにく ハム いか とりにく だいす	ぎゅうにゅう ハム チーズ トマト	ブロッコリー セロリー トマト	パン でんぶん さとう じやがいも	あぶら	785 35.6 27.9	
18 木	木	ご飯	牛乳	肉団子③ おかか和え 関東煮	かつおぶし とりにく ちくわ さつまあげ	ぎゅうにゅう にんじん にんじん	キャベツ にんじん だいこん たまねぎ	ごはん じやがいも さとう パン	あぶら	733 31.5 16.1	
19 金	金	背割り こめっこぱん	牛乳	【図書給食：パンどろぼうとりんごかめん】 クリスピーチキン 和風スパゲッティ フルーツサンドの具	ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム ヨーグルト	にんじん ピーマン しめじ パン	パン スパゲッティ もも みかん さとう	どうにゅうバター	752 29.1 25.4	
22 月	月	ご飯	牛乳	麻婆豆腐 もやしのナムル パイナップル	とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ パン	ごはん さとう でんぶん	ごま ごまあぶら ドレッシング	720 24.9 17.4	
23 火	火	わかめご飯	牛乳	【冬至献立】 いわしの生姜煮 ゆずいり小松菜サラダ 冬至うどん	いわし ツナ とりにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかれ かぼちゃ	にんじん こまつな ねぎ かぼちゃ ほうれんそう	じょうが ねぎ だいこん しいたけ きゅうり キャベツ うどん	ごはん さとう	あぶら	771 29.7 20.7

*材料の都合で、献立の変更もあります。 *はしを毎日もってきましょう。 *この用紙は再生紙を利用しています。 *食品名の太字は館林産のものです。



一学校給食費についてー

保護者の皆様からいただく学校給食費は、すべて食材の購入に使っています。
このほかに、給食をつくるために必要な調理や施設の維持管理にかかる費用はすべて市が負担しています。
学校給食が適切に実施できるよう、学校給食費の確実な納付にご協力をお願いします。



給食費負担軽減事業

令和7年度、市では食材費の高騰に対応するため、
1人あたり月額700円を公費で負担しています。



給食センターのインスタグラムを始めました。
毎日の給食の写真を掲載しています。



給食表・給食だよりは、館林市ホームページ
よりご覧下さい。

