



日	曜日		ごんだてめい 献立名	ス プ ー ン	食品名						えいようか 栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g)
					あか からだをつくる		みどり からだのちょうしをとる		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	ごはん	ぎゅうにゅう	にくだんご② おかかあえ かんとうに	かつおぶし とりにく ちくわ さつまあげ	ぎゅうにゅう ブロッコリー にんじん	キャベツ ごんにやく だいこん もやし たまねぎ	ごはん じゃがいも さとう パンこ	あぶら	568 25.9 13.8	
2	火	くろパン	ぎゅうにゅう	【じばさんレシピ：はくさい】 ツナオムレツ イタリアンサラダ はくさいのシチュー	ツナ たまご ベーコン	ぎゅうにゅう あかビーマン にんじん パセリ	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ はくさい	パン さとう じゃがいも	あぶら	626 22.5 24.0	
3	水	ごはん	ぎゅうにゅう	ピピンパ（にくみそ） ピピンパ（ナムル） はるさめスープ ミニりんごゼリー	ぶたにく とりにく だいず なたと	ぎゅうにゅう ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	にんにく ぜんまい キャベツ ねぎ もやし	ごはん さとう ゼリー はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	581 23.9 17.9	
4	木	ごはん	ぎゅうにゅう	のりしおかからあげ やさしいため わかめのみそしる	とりにく みそ ぶたにく さつまあげ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう あおのり さやえんどう わかめ	しょうが にんにく キャベツ もやし だいこん ねぎ	ごはん でんぶがん	あぶら	624 31.1 19.2	
5	金	ごはん	ぎゅうにゅう	あかうおのさいきょうやき さつまいもごはんのぐ すいとん	あかうお みそ とりにく ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	えだまめ しいたけ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さつまいも さとう すいとん	あぶら	625 30.0 15.0	
8	月	ごはん	ぎゅうにゅう	チャーハンのぐ ぼうぎょうざ トックスープ	とりにく なたと やきハム だいず たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん チンゲンサイ にら	たまねぎ にんにく ねぎ もやし キャベツ しょうが	ごはん トック ぎょうざのかわ	あぶら ごまあぶら	603 22.8 17.3	
9	火	きなこあげパン	ぎゅうにゅう	にこみうどん ごぼうサラダ チーズ②	きなこ なたと あぶらあげ とりにく みそ	ぎゅうにゅう にんじん チーズ あかビーマン ほうれんそう	ねぎ だいこん しいたけ ごぼう キャベツ きゅうり	パン さとう うどん	あぶら	642 25.9 27.8	
10	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【ミツカンていきょうこんだて】 なっとう ほうれんそうのごまあえ おうごんに	なっとう なまあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	こんにやく たまねぎ たけのこ キャベツ もやし	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ごま	614 27.5 19.8	
11	木	パーカーハウス	ぎゅうにゅう	えびカツ コーンサラダ ミネストローネ	えび たら ベーコン だいず	ぎゅうにゅう にんじん にんじん トマト	ブロッコリー だいこん コーン キャベツ たまねぎ セロリー にんにく きゅうり	パン でんぶがん じゃがいも さとう	あぶら オリーブゆ	587 21.7 22.8	
12	金	むぎごはん	ぎゅうにゅう	チキンカレー かいそうじゃこサラダ オレンジ	とりにく たまご とうふ	ぎゅうにゅう にんじん スキムミルク かいそう ちりめんじゃこ	たまねぎ にんにく りんご キャベツ きゅうり オレンジ	むぎごはん じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら	660 20.9 16.8	
15	月	ごはん	ぎゅうにゅう	【おおさか・かんさいばんぱく：ならけん】 さんまのたつたあげ ごんざ あすかじる	さんま とうふ なまあげ みそ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう にんじん こんぶ	こんにやく だいこん えのきたけ ごぼう ねぎ	ごはん さといも さとう でんぶがん	あぶら	607 23.0 21.9	
16	火	ミルクパン	ぎゅうにゅう	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 だいず	ぎゅうにゅう にんじん チーズ トマト	だいこん きゅうり セロリー たまねぎ にんにく	パン でんぶがん さとう じゃがいも	あぶら	633 29.7 23.6	
17	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【ちゅうがくせいがかんがえたこんだて（一中）】 タルタルチキン（とりのてりやき+タルタルソース） いろどりサラダ こまつなときのこのしる	とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう にんじん わかめ こまつな	しょうが カリフラワー キャベツ コーン きゅうり たまねぎ えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら タルタルソース	596 29.8 18.0	
18	木	ごはん	ぎゅうにゅう	マーボーとうふ 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 パイン	ごはん さとう でんぶがん	あぶら ごまあぶら ドレッシング	573 20.3 15.6	
19	金	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのごまみそあげ きりぼしだいこんのちゅうかあえ かきたまじる	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	きりぼしだいこん もやし きゅうり たまねぎ えのきたけ	ごはん パンこ さとう でんぶがん	あぶら ごまあぶら	584 24.4 18.7	
22	月	わかめごはん	ぎゅうにゅう	【とうじこんだて】 いわしのしょうがに ゆずいりこまつなサラダ とうじうどん	いわし ツナ とりにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう にんじん わかめ かぼちゃ ほうれんそう	しょうが ねぎ ゆず だいこん しいたけ きゅうり キャベツ	ごはん さとう うどん	あぶら	628 26.1 19.2	
23	火	せわり こめっごぼん	ぎゅうにゅう	【としききゅうしよく：パンどろぼうとりんごかめん】 クリスピーチキン  わふうスパゲッティ フルーツサンドのぐ	ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう にんじん なまクリーム ヨーグルト	たまねぎ キャベツ しめじ にんにく パイン もも みかん	パン スパゲッティ さとう	とうにゅうバター	608 23.5 20.8	

\*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。



### —学校給食費について—

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Instagramを始めました。  
毎日の給食の写真を掲載しています。



献立表・給食だよりは、館林市ホームページ  
よりご覧下さい。

