



日・曜	こんだてめい	おもなざいりょう			食塩相当量	野菜の量
		黄（き） ねつ　ちから 熱や力のもとになる	赤（あか） からだ 体をつくる	緑（みどり） からだ　ちようし　ととの 体の調子を整える	(グラム) 目標量 小（上）：2.0g未満 中（下）：2.5g未満	(グラム) 目標量 小（上）：100 中（下）：120
1 水	コーンとひよこまめのピラフ 牛乳　じゃがいものスープ キャベツとツナのマリネ	こめ　バター　じゃがいも べにばなあぶら　さとう	牛乳　ひよこまめ　とりにく ぶたにく　ツナ わかめ	たまねぎ　マッシュルーム コーン　にんじん　こまつな パセリ　キャベツ　えだまめ	1.8	107
					2.3	144
2 木	セルフドライカレーサンド 牛乳　とうふとレタスのスープ フライドポテト	コッペパン　こめあぶら でんぷん　ごまあぶら じゃがいも　なたねあぶら	牛乳　だいず　ぎゅうにく ぶたにく　ベーコン　とうふ	たまねぎ　にんじん　しょうが にんにく　レタス チンゲンサイ	2.4	101
					3.3	136
3 金	スタミナどんぶり　牛乳 ほうれんそうともやしのナムル れいとうみかん	こめ　こめあぶら さとう　ごまあぶら でんぷん　ごま	牛乳　ぶたにく　あかみそ しらすぼし	しょうが　にんにく　にんじん たまねぎ　キャベツ　しめじ にら　ほうれんそう もやし　れいとうみかん	1.7	140
					2.2	188
6 月	ひじきのおすし　牛乳 たなばたじる じゃがいものごまあえ たなばたこんだて ★七夕献立	こめ　さとう　そうめん じゃがいも　ごま ねりごま	牛乳　ひじき　こうやどうふ さつまあげ　とりにく　ツナ	にんじん　みつば　オクラ たまねぎ　なましいたけ ほうれんそう	3.5	54
					4.4	73
7 火	ミニパインパン　牛乳 なすとトマトのスパゲティ とうもろこしのサラダ	コッペパン スパゲティ　オリーブあぶら さとう　べにばなあぶら	牛乳　ぶたにく　ロースハム	(パイン)　トマト　なす にんじん　しそ　バジル にんにく　たまねぎ コーン　キャベツ	1.7	153
					2.3	206
8 水	ごはん　牛乳　あじのなんばんづけ えだまめのしおゆで けんちんじる ひがししょう　じどう　こうあん ★東小児童考案メニュー	こめ　でんぷん なたねあぶら　さとう	牛乳　あじ　なまあげ	たまねぎ　にんじん　ピーマン えだまめ　いとこんにやく えのきたけ　ねぎ	2.0	76
					2.6	103
9 木	ツイストパン　牛乳 コーンクリームシチュー ゴーヤのビタミンサラダ	コッペパン（さとう　バター） じゃがいも　バター　こめこ さとう　べにばなあぶら	牛乳　とりにく　チーズ しろいんげんまめのペースト スキムミルク　ツナ なまクリーム　かつおぶし	たまねぎ　さやいんげん にんじん　クリームコーン缶 ゴーヤ（にがうり）　きゅうり きりぼししだいこん　えだまめ	2.3	131
					3.1	177
10 金	たこめし　牛乳 もやしのごまずあえ とんじる きょうと　りょうり　ひ　みはらし ★郷土料理の日(三原市)	こめ　さとう　こめあぶら ごま　じゃがいも	牛乳　たこ　あぶらあげ しらすぼし　ちくわ　ぶたにく とうふ　みそ	にんじん　ごぼう　みつば もやし　こまつな　コーン こんにやく　しめじ　ねぎ	2.6	73
					3.7	98
13 月	ごはん　牛乳　ゴーヤチャンプルー きゅうりともずくのすのもの アイスクリーム きょうと　りょうり　ひ　おきなわけん ★郷土料理の日(沖縄県)	こめ　こめあぶら ごまあぶら　さとう アイスクリーム	牛乳　ぶたにく　とうふ かつおぶし　もずく しらすぼし　かまぼこ	もやし　キャベツ ゴーヤ（にがうり） にんじん　にら ほししいたけ　きゅうり	1.7	97
					2.2	128
14 火	なつやさいカレーライス　牛乳 だいずとハムのサラダ こんだて ★かむかむ献立	こめ　じゃがいも こめあぶら　はちみつ バター　こめこ　さとう べにばなあぶら	牛乳　とりにく　ヨーグルト だいず　ロースハム	たまねぎ　なす　トマト缶 にんじん　かぼちゃ　ピーマン にんにく　しょうが　キャベツ	2.1	144
					2.6	195
15 水	ごはん　牛乳 ちぬのたつたあげ チンゲンサイのおひたし 7がつのみそしる こんげつ　しゅう ★今月のみそ汁	こめ　さとう　でんぷん なたねあぶら	牛乳　ちぬ　かつおぶし なまあげ　わかめ　みそ	チンゲンサイ　もやし にんじん　たまねぎ えのきたけ　みょうが　ねぎ	2.0	76
					2.6	103
16 木	こくとうパン　牛乳 なつポトフ　フルーツポンチ た ★食べようテイ	コッペパン　（くろざとう） こめあぶら　じゃがいも さとう	牛乳　ぶたにく	にんじん　たまねぎ ズッキーニ　トマト コーン　キャベツ　バジル パイン缶　みかん缶　もも缶	1.8	84
					2.3	113

*（　）は、パン、ごはんに入っている材料、〔　〕は1食用小袋のものです。

*詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。

*食塩相当量と野菜の量を掲載していますので、食生活の参考にしてください。

*都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。

*アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。

令和7年度　学校給食会計決算報告			
収入の部		(単位：円)	
科　目	調定額	収入済額	収入未済額
前年度繰越金	743,316	743,316	0
給食費　8%対象（軽減）	138,595,223	138,595,223	0
食材費支援金	21,079,105	21,079,105	0
保存用食材費	100,670	100,670	0
合　計	160,518,314	160,518,314	0
支出の部		(単位：円)	
科　目	支出必要額	支出済額	支出未済額
給食材料費	157,624,802	157,624,802	0
消費税確定申告	40,500	40,500	0
給食費振込手数料	18,528	18,528	0
合　計	157,683,830	157,683,830	0
収入の部	160,518,314　円	令和7年度給食会計決算額は、 収入の部　1億6,051万8,314円に対し、 支出の部　1億5,768万3,830円で、 収入から支出を差し引いた 283万4,484円は翌年度に繰り越しとする。	
－ 支出の部	157,683,830　円		
計	2,834,484　円		

レシピ紹介『ゴーヤのビタミンサラダ』

【材料(4人分)】

ゴーヤ(たてに1/2に切り、
2mmに薄切り)　16g

塩(ゴーヤ下処理用)　適量

きゅうり(輪切り)　80g

切干大根(水で戻して
2cm幅に切る)　12g

枝豆(むき身)　12g

にんじん(せん切り)　20g

ツナ缶詰　20g

かつお節　2g(適量)

ドレッシング

三温糖　6g(小さじ2)

紅花油　2g(小さじ1/2)

酢　8g(小さじ1と1/2)

しょうゆ　2g(小さじ1/3)

塩　0.72g(少々)

こしょう　少々

*分量は給食用です。ご家庭では、
アレンジして作ってください。

【作り方】

①ゴーヤに塩をふり、もみこんで下処理しておく。

②ゴーヤ、きゅうり、切干大根、にんじんはそれぞれゆでて冷ます。

③枝豆は蒸して冷ます。

④ツナ、かつお節はそれぞれ炒って冷ます。

⑤調味料を混ぜてドレッシングを作り、
材料を和える。最後にかつお節を和える。