

2024年4月献立表



ホームページ インスタグラム

【中学校用】

小学校
3・4年 中学校

○今月使用する日出町の食材○

米（一部）・たけのこ・きくらげ・きゅうり・ねぎ・みそ・大豆・豚肉などです。

献立担当 渡邊

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
8月	牛乳 ごはん マーボー豆腐 大根サラダ	牛乳 とうふ 豚肉 麦 みそ ハム	米 ごま油 でんぷん 油	しいたけ たまねぎ にんじん にら しょうが にんにく きゅ うり だいこん	603 23.8	708 27.2
9火	牛乳 ミルクパン ポークビーンズ マカロニサラダ	牛乳 豚肉 ベーコン 日出町産大豆 まぐろ	ミルクパン じゃがいも 黒砂糖 マカロニ ノン エッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん トマト きゅうり コーン	622 27.8	771 33.5
10水	中学校入学式					
11木	牛乳 コッパパン ポトフ 大分うまミートローフ お祝いクレープ	牛乳 鶏肉 ウィナー 牛肉 豚肉 卵	コッパパン じゃがいも オリーブ油 パン粉 砂 糖 でんぷん クレープ	たまねぎ だいこん にんじん きゃべつ ブロッコリー コー ン しいたけ ねぎ にんにく かぼす	623 31.2	864 38.2
12金	牛乳 わかめごはん うどん ホキの天玉揚げ	牛乳 わかめ 鶏肉 かまぼこ 油揚げ ホ キ 青さ	米 うどん 油 小麦粉	にんじん しいたけ ねぎ	647 26.3	757 29.2
15月	牛乳 ごはん 厚揚げのみそ汁 鶏のごま焼き ツナサラダ	牛乳 厚揚げ 煮干し 米みそ 麦みそ 鶏肉 ツナ	米 じゃがいも ごま 砂糖 ノンエッグマヨ ネーズ	だいこん にんじん ほうれん 草 きゅうり きゃべつ	741 29.8	813 35.1
16火	牛乳 パインパン 中華かきたまスープ 春巻き	牛乳 卵 鶏肉	コッパパン はるさめ でんぷん 油 小麦粉	パイン チンゲンサイ にんじん きくらげ 玉ねぎ キャベツ もやし たけのこ	643 19.9	750 23.3
17水	牛乳 ごはん チキンカレー コロコロソテー	牛乳 鶏肉 チキンハ ム	米 じゃがいも バター	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご コーン えだ まめ	609 20.5	718 23.4
18木	牛乳 コッパパン ミートスパゲティ フレンチサラダ チーズ	牛乳 牛肉 豚肉 大 豆 ハム チーズ	コッパパン スパゲティ 油 オリーブ油 砂糖	にんじん たまねぎ グリン ピース マッシュルーム トマト にんにく ブロッコリー カリフ ラワー	598 28.7	733 34.0
19金	牛乳 ごはん 肉だんご汁 塩サバ ゆかり和え	牛乳 肉団子 わかめ 昆布 かつお節 塩さ ば	米	えのきたけ ねぎ にんじん きゅうり ゆかり	612 31.6	697 33.8
22月	牛乳 ごはん 若竹汁 トリニータ丼	牛乳 豆腐 魚そうめ ん 昆布 かつお節 鶏 肉	米 でんぷん 油 砂糖 ごま油	たけのこ にんじん ねぎ に ら しょうが にんにく	643 28.6	761 33.3
23火	牛乳 黒砂糖パン タイピーエン プチマリンスラダ レモンゼリー	牛乳 豚肉 イカ かま ぼこ プチマリソ ハム	黒砂糖パン はるさめ ごま油 油 砂糖 ゼ リー	しょうが たまねぎ にんじん もやし きゃべつ ねぎ きゅ うり コーン	562 23.7	689 28.6
24水	牛乳 麦ごはん ハヤシライス フルーツヨーグルト	牛乳 豚肉 ヨーグル ト	米 麦 油 黒砂糖 砂 糖	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく ナタデココ みかん もも パイン りんご	644 21.3	772 24.6

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
25木	牛乳 チョコチップパン ABCスープ スペイン風オムレツ	牛乳 ベーコン 鶏肉 卵	コッパパン チョコチップ パスタ 油	たまねぎ にんじん きゃべつ パセリ にんにく	595 22.9	732 27.5
26金	牛乳 ごはん 豚汁 白身魚フライ 手作りタルタルソース	牛乳 豚肉 豆腐 米み そ 麦みそ 煮干し ホキ 卵	米 油 じゃがいも ノン エッグマヨネーズ 砂糖	にんじん ごぼう だいこん こ んにゃく しいたけ ねぎ たま ねぎ きゅうり	726 24.5	860 28.0
30火	牛乳 コッパパン シチュー ごまドレッシングサラダ	牛乳 鶏肉 ささみ	コッパパン じゃがいも 油 ドレッシング ごま	たまねぎ にんじん コーン ぶ なしめじ きゃべつ	565 24.5	695 29.5

ご入学・ご進級おめでとうございます

元気な1日は朝食から！

わたしたちは1日に朝・昼・夜と3回食事をとります。特に朝ごはんは、午前中のエネルギー源として大切です。「早ね・早おき・朝ごはん」を合言葉に元気に過ごしましょう。



日出町学校給食センターでは、町内の公立幼稚園5園・小学校5校・中学校2校の約2650食の給食を作っています。

給食について～日出町学校給食センター～

ぎゅうにゅう

大分県産の牛乳が毎日学校に届きます。

ごはんやパン

ごはんやパンは、杵築市の炊飯センター・近藤製パンが作って配達してくれています。

こんだてについて

成長期みなさんに必要な栄養を考えた献立なのはもちろんのこと、季節に合わせた日出町産・大分県産の食材、昔から食べられている郷土料理・行事食などを積極的に取り入れています。

献立表・給食レシピ・給食の写真をHPやInstagramにのせています。

○スマートフォンの方は右のQRコードから見るができます。
○パソコンの方は『日出町学校給食センター』で検索してください。

Instagramでは、試食会のお知らせ等や調理の様子ものせています。ぜひ、ご覧になってください。



給食センター
ホームページ



給食センター
Instagram

給食試食会・給食センター見学のお知らせ

令和6年度の試食会は、6月から行います。申し込みは、毎月、10日までとし、家族の方のみ対象で定員（20名）になり次第締め切らせていただきます。時間帯は11時～12時、1食270円です。ご参加をお待ちしています。

また献立表やInstagramにて、詳細は毎月お知らせします。

