

[献立予定表]

2025年 4月

富士吉田市学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	ひとくちメモ
9 水	むぎごはん	○			こめ むぎ	今年度の給食が始まりました。みんなで協力して準備や片付けをしましょう。苦手な食べ物は、ひとくちチャレンジしてみましよう。食事マナーを守り、楽しい給食の時間を過ごしましょう。
	さけのさいきょうやき		さけ みそ		さとう	
	すきやきに		ぶたにく やきどうふ	にんじん たまねぎ しらたき さやえんどう ねぎ	さとう	
	いとかまぼこのすましじる		かつおぶし さばぶし かまぼこ わかめ	にんじん しめじ ほうれんそう		
10 木	みそラーメン	○	ぶたにく なんと	にんじん もやし キャベツ きくらげ にら ねぎ	ちゅうかめん ごまあぶら	地産地消：きくらげ 春巻きは、英語で「スプリングロール」と言います。まさに、春巻きです。ライスペーパーで作る生春巻きは英語で「サマーロール」と言うそうです。
	はるまき		ぶたにく だいず	キャベツ にんじん たまねぎ しょうが	こめあぶら はるさめ でんぶん さとう こむぎこ	
	やさいのナムル			ほうれんそう とうもろこし だいこん にんじん	ごま ごまあぶら さとう	
	レモンカスタードタルト		たまご れんにゅう	レモンかじゅう	マーガリン こむぎこ さとう	
11 金	ナン	○			こむぎこ さとう なたねあぶら	ナンは、ひとくち大にちぎって、キーマカレーをすくうようにして乗せて食べましよう。給食では、いろいろな国の献立が出ます。外国の食文化を知りましよう。
	キーマカレー		ぶたにく だいず	にんにく しょうが にんじん たまねぎ セロリー りんご	こめあぶら ルウ	
	とりにくのオニオンソース		とりにく	にんにく しょうが たまねぎ	こめあぶら さとう	
	キャベツのソテー		ベーコン	とうもろこし にんじん キャベツ もやし	こめあぶら	
14 月	わかめごはん	○	わかめ	にゅうがく・しんきゅうおめでとうきゅうしょく		入学・進級おめでとうございます。小学1年生の給食が始まります。ふきんをしばって配膳台をふいたり、盛り付けをしたり、上手にできるかな？これから楽しい給食の時間を過ごしてくださいね！
	さばのみそに		さば みそ		さとう でんぶん	
	にくじゃが		ぶたにく	しょうが にんじん たまねぎ しらたき	こめあぶら じゃがいも さとう	
	おいわいすましじる		かつおぶし さばぶし なんと とうふ わかめ	にんじん えのきたけ ほうれんそう みつば		
	おいわいこうはくゼリー		とうにゅう	いちご	さとう	
15 火	こどもパン	○	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう	ペンは、マカロニの仲間、筒状の Pasta の両端を斜めにカットした形をしています。Pasta は形によって名前が様々で、平たいめんはフィットチーネ、細いめんはカッペリーニ、貝の形はシェルと呼ばれています。
	ハンバーグ		ぶたにく とりにく	たまねぎ	さとう でんぶん	
	ペンのコンソメソテー		ベーコン	にんにく たまねぎ きピーマン マッシュルーム ピーマン	オリーブあぶら ペンネ	
	ジュリアンスープ			にんじん たまねぎ だいこん キャベツ しょうが		
	みしょうかん (生)			みしょうかん (生)		
16 水	むぎごはん	○			こめ むぎ	地産地消：トマト 地産地消のトマトは、明見地区でとれたトマトです。真っ赤でピカピカのトマトが給食センターに届きます。とっても甘くておいしいトマトです。
	ぶたにくとごぼうのシャキシャキどんのぐ		ぶたにく	しょうが たまねぎ ごぼう しらたき	こめあぶら さとう ごま ごまあぶら	
	トマトいりサラダ			レタス とうもろこし にんじん ブロッコリー トマト	ドレッシング	
	あつあげのみそじる		にぼし なまあげ みそ	にんじん えのきたけ こまつな	じゃがいも	
17 木	まるパン	○	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう	コールスローとは、きざんだキャベツのサラダのことで、オランダ語の「コールスラ (キャベツのサラダ)」が語源になっているそうです。シャキシャキキャベツをよくかんで食べましよう！
	メンチカツ (ちゅうのうソース)		ぶたにく	たまねぎ	こめあぶら でんぶん さとう パンこ こむぎこ	
	コールスローサラダ			にんじん キャベツ とうもろこし ブロッコリー	ドレッシング	
	ブラウンシチュー		ぶたにく クリーム	しょうが にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム	こめあぶら じゃがいも	
18 金	ごもくあんかけやきそば	○	ぶたにく いか えび あさり	にんにく しょうが たけのこ にんじん ピーマン しいたけ はくさい きくらげ	ちゅうかめん こめあぶら ごまあぶら でんぶん	地産地消：きくらげ みなさん、良い姿勢で食べていますか？良い姿勢で食べると見た目が美しいばかりではなく、食べ物の消化吸収が良くなります。お皿を持って食べると、自然に良い姿勢になります。
	ちゅうかサラダ		まぐろ	レタス だいこん ブロッコリー にんじん	さとう ごまあぶら ごま	
	はるさめいりちゅうかスープ		ハム	えのきたけ チンゲンサイ たまねぎ	はるさめ ごまあぶら	
	マラーカオ (ちゅうかむしパン)		たまご		さとう こむぎこ	

きゅうしょく まな つ

給食には、たくさんの学びが詰まっています……

えいよう 栄養

栄養バランス

ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

えいひん 食品の種類

食品の種類や特徴

しんじ 世界の食文化

世界の食文化

かんしゃ 感謝の心

感謝の心

しょくじ よろこ 食事の喜び

食事の喜び・楽しさ

しょくりょう 食料の生産

食料の生産・流通・消費

せかい 世界の食文化

世界の食文化

にほん 日本

日本の伝統行事と行事食

しょく 食に関する知識

食に関する知識・理解・関心



[献立予定表]

2025年 4月

富士吉田市学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	ひとくちメモ
21月	ジョアブルーベリー		だっしふんにゆう	ブルーベリー	さとう	まごわやさしい給食は、毎日食べると健康に過ごせる7種類の食べ物、ま「豆」、ご「ごま」、わ「わかめなどの海藻類」、や「野菜」、さ「魚」、し「しいたけなどのきのこ類」、い「いも類」の頭文字をとって名付けられた給食です。
	むぎごはん				こめ むぎ	
	あじつけのり (ふじさん)		のり		さとう	
	ししゃものいそべあげ		ししゃも あおのり		こむぎこ でんぷん こめこ こめあぶら	
	ごもくに		さつまあげ だいず	ごぼう にんじん しいたけ こんにやく さやえんどう	こめあぶら さとう	
	ごまじる		にぼし みそ わかめ	にんじん だいこん しめじ	じゃがいも ごま ごまあぶら	
22火	ミルクパン		だっしふんにゆう れんにゆう		こむぎこ さとう	たまごスープのたまごをふわふわに仕上げるためには、卵をスープに入れる前に水溶き片栗粉を入れます。スープをかき混ぜる調理員さんとたまごを入れる調理員さんが息を合わせてふわふわに仕上げます。
	ハニーマスタードチキン		とりにく	にんにく	はちみつ こめあぶら	
	コーンとほうれんそうのソテー	○	ベーコン	とうもろこし にんじん しめじ ほうれんそう	こめあぶら	
	たまごのふわふわスープ		たまご	にんじん たまねぎ えのきたけ レタス	じゃがいも でんぷん	
	セノビーゼリー		にゆうさんきんいんりょう	レモンかじゅう	さとう	
23水	とみざわこわめし		あぶらあげ	にんじん ごぼう たけのこ えだまめ	こめ こめあぶら さとう	富沢こわ飯は、南部町の名産品である「たけのこ」が入ったご飯です。旧富沢町で作られたことから「富沢こわ飯」と名前がつけられました。春を感じる献立です。
	ごもくあつやきたまご	○	たまご とりにく もずく	にんじん たけのこ しいたけ	さとう でんぷん	
	ひじきのもの		だいず ひじき さつまあげ	にんじんこんにやく しいたけ いんげん	こめあぶら さとう	
	じゃがいもと こまつなのみそしる		にぼし なまあげ みそ わかめ	えのきたけ こまつな	じゃがいも	
24木	ソフトフランスパン (はちみつ&マーガリン)		だっしふんにゆう		こむぎこ さとう はちみつ マーガリン	よくかんで食べることは、「愛なのだ」。あ：味がよく分かる。い：胃の働きがよくなる。な：おなかいっぱいサインで肥満予防。の：脳の働きがよくなる。だ：唾液がたくさんでる。給食センターからの「愛」をよくかみしめて食べてください。
	ポークケチャップ	○	ぶたにく	たまねぎ	こめあぶら さとう	
	ごぼうサラダ		まぐる たまご (マヨネーズ)	えだまめ ごぼう にんじん	マヨネーズ ごま さとう ごまあぶら	
	カレーふうみスープ		ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ さやいんげん	じゃがいも	
25金	スパゲティミートソース		ぶたにく だいず	しょうが にんにく セロリー にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム トマト	スパゲティ オリーブあぶら ルウ	地産地消：洋なし 秋に収穫した洋なしをシロップ漬けに加工してもらい、給食で使います。加工することで長くおいしく楽しむことができます。
	チキンとやさいのスープ	○	とりにく	にんじん たまねぎ だいこん キャベツ ほうれんそう ごぼう	こめあぶら	
	フルーツヨーグルトあえ		クリーム ヨーグルト	パイナップル みかん もも ようなし	さとう	
28月	むぎごはん				こめ むぎ	地産地消：きくらげ 浅間町にあるきくらげ屋さんのきくらげは、農薬や化学肥料などの化学物質に頼らず、自然界の力で生産する生産者に対して認証される「有機JAS」を認証しています。地球にも体にも優しいきくらげです。
	マーボーどうふどんのぐ		ぶたにく だいず とうふ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ きくらげ	こめあぶら さとう でんぷん ごまあぶら	
	ちゅうかレタスサラダ	○		レタス とうもろこし ブ ロッコリー にんじん きゅうり	ドレッシング	
	ワンタンスープ		とりにく	たまねぎ はくさい いら	こめあぶら ワンタンのかわ	
30水	ひじょうしよくよう わかめごはん		わかめ		こめ	ローリングストック とは、普段の生活で使う食品や日用品を少し多めに買い置きし、使った分を買い足すことです。災害時に備えた食糧備蓄の方法で、家庭や自治体で実践されています。
	さわらのネギソース	○	さわら	しょうが ねぎ	でんぷん こめあぶら さとう	
	やさいのおかかチーズあえ		チーズ かつおぶし	キャベツ こまつな にんじん		
	とんじる		ぶたにく にぼし なまあげ みそ	しょうが にんじん たまねぎ しめじこんにやく	こめあぶら さといも ごまあぶら	

※学校行事や材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※メニューごと使用材料を分類して表示しています。しかし微量の材料は記載してありません。また、食物アレルギーの有無は、この献立予定表では確認できません。

※生で提供する果物には、(生)と表記をしています。

※富士吉田地域使用の食材には、下線を引いています。

富士吉田市学校給食センター運営事業費については、北富士演習場関連特定事業(教育、スポーツ及び文化に関する事業：学校給食センター運営事業)として、防衛省の特定防衛施設周辺整備調整交付金が充てられています。