



令和7年 4月 学校給食献立表

小中学校

さぬき市志度学校給食共同調理場

★今月の食育目標：学校給食について知ろう

さぬき市
給食

よくかんで
食べよう

日	曜	献立名	使用する食品名						栄養価		
			おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		調味料ほか	小学校4年	中学校2年
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		エネルギー(kcal)	
			魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		たんぱく質(g)	
8	火	牛乳		牛乳						545	729
		コッペパン					コッペパン				
		はくさいのクリーム煮	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ はくさい	マカロニ 小麦粉 じゃがいも	なたね油 バター	白ワイン チキンコンソメ	21.8	28.0
		キャベツのレモンあえ				キャベツ きゅうり レモン	砂糖		酢		
		オレンジ				オレンジ					
9	水	牛乳		牛乳						589	771
		わかめごはん		わかめ			米 大麦				
		焼き豆腐のみそそばろ煮	焼き豆腐 豚肉 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ にんにく しょうが	希少糖 でんぶん	ごま油	一味 しょうゆ 清酒	23.9	29.9
		切干大根のサラダ		ちりめん	にんじん	切干大根 きゅうり	砂糖	ごま なたね油	しょうゆ 酢 ポン酢		
	木	牛乳		牛乳						584	741
		麦ごはん					米 大麦				
		焼きししゃも		ししゃも					清酒		
		大豆のいそ煮	大豆 油揚げ	ひじき	にんじん さやいんげん	ごぼう	こんにゃく 希少糖	なたね油	しょうゆ みりん 煮干し(だし)	24.6	28.7
		かきたま汁	鶏卵 豆腐 かまぼこ		ねぎ	たまねぎ しいたけ	でんぶん		しょうゆ だし 昆布 削り節(だし)		
11	金	牛乳		牛乳						570	767
		コッペパン					コッペパン				
		若鶏の黒みつ味	鶏肉			しょうが	でんぶん 黒砂糖	なたね油	みりん しょうゆ		
		コールスローサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり コーン	砂糖	なたね油	酢 ポン酢	26.2	34.1
		コンソメスープ	ベーコン 白いんげん豆		にんじん パセリ	セロリー たまねぎ	じゃがいも	なたね油	チキンコンソメ しょうゆ 鶏がらだし		
14	月	牛乳		牛乳						603	782
		ごはん					米				
		さばのごまみそかけ	さば みそ			しょうが	希少糖 でんぶん	ごま	清酒 みりん		
		しめじあえ			小松菜	しめじ もやし はくさい	砂糖		しょうゆ	21.3	26.1
		春のすまし汁	豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ			しょうゆ だし 昆布 削り節(だし)		
15	火	牛乳		牛乳						578	752
		麦ごはん					米 大麦				
		さけメンチカツ	さけメンチカツ					なたね油			
		野菜のこんぶあえ		こんぶ	小松菜	もやし キャベツ	砂糖		しょうゆ 酢 ポン酢	19.2	23.5
		豆腐のみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	たまねぎ しいたけ			煮干し(だし)		
16	水	牛乳		牛乳						574	749
		ビーフとコーンのピラフ	牛肉		にんじん	にんにく たまねぎ コーン えだまめ	米	なたね油	白ワイン ビーフコンソメ しょうゆ		
		マカロニスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ セロリー	マカロニ じゃがいも	なたね油	鶏がらだし チキンコンソメ しょうゆ		
		ツナとわかめのサラダ	ツナ	わかめ		キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢	20.5	25.4
		キャンディチーズ(小中学校のみ)		チーズ							
17	木	牛乳		牛乳						626	818
		カレーライス(麦ごはん)					米 大麦				
		カレーライス(ルウ)	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく	じゃがいも	なたね油 カレールウ	赤ワイン カレー粉 ケチャップ チヤツネ 鶏がらだし	18.3	22.3
		スプリングサラダ			アスパラガス	きゅうり キャベツ	砂糖	なたね油	ボン酢 酢		
		福神漬け				福神漬け					
18	金	牛乳		牛乳						614	781
		ミルクパン					ミルクパン				
		スパゲッティミートソース	牛肉 豚肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ しめじ グリンピース にんにく	スパゲッティ 小麦粉	なたね油	赤ワイン ケチャップ トマトピューレ トマトペースト ウスターソース ビーフコンソメ	25.6	32.4
		ハムサラダ	ロースハム		さやいんげん 赤ピーマン	キャベツ きゅうり コーン	砂糖	なたね油	酢 しょうゆ		
		お祝いいちごゼリー					ゼリー				
	21 月	牛乳		牛乳						573	744
		ごはん					米				
		肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	こんにゃく じゃがいも 希少糖	なたね油	清酒 みりん しょうゆ 煮干し(だし)	19.9	24.3
		ちりめんあえ		ちりめん	小松菜	もやし キャベツ	砂糖	ごま なたね油	しょうゆ ポン酢		
		味つけのり		味つけのり							
22	火	牛乳		牛乳						522	692
		コッペパン					コッペパン				
		魚のレモンソースかけ	メルルーサ			レモン	希少糖 でんぶん 小麦粉	なたね油	しょうゆ		
		海藻サラダ		海藻ミックス	赤ピーマン	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	酢 しょうゆ	22.8	28.3
		豆腐とはるさめのスープ	豚肉 豆腐		にんじん チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ たけのこ 生きくらげ しょうが	はるさめ	なたね油	清酒 鶏がらだし しょうゆ 中華だし		
23	水	牛乳		牛乳						592	771
		ごはん					米				
		豚肉と厚揚げの煮物	豚肉 厚揚げ		にんじん さやいんげん	しょうが だいこん しいたけ	こんにゃく 希少糖	なたね油	しょうゆ みりん 清酒 削り節(だし)		
		香りあえ			小松菜 にんじん	もやし キャベツ すだち	砂糖		酢 しょうゆ	22.0	27.4
		しょうゆ豆	しょうゆ豆								



令和7年 4月 学校給食献立表

小中学校

さぬき市志度学校給食共同調理場

★今月の食育目標：学校給食について知ろう

日	曜	献立名	使用する食品名						栄養価		
			おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		調味料ほか	小学校4年	中学校2年
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		エネルギー(kcal)	
			魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		たんぱく質(g)	
24	木	牛乳		牛乳						613	807
		麦ごはん					米 大麦				
		照り焼きハンバーグ	ハンバーグ				希少糖 でんぶん	しょうゆ 清酒 みりん			
		ごまドレッシングあえ			ほうれん草 にんじん 小松菜	キャベツ もやし コーン	砂糖	ごま ごま油	しょうゆ 酢	21.7	27.0
		みそ汁	油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	たまねぎ しめじ			煮干し(だし)		
25	金	牛乳		牛乳						531	712
		コッペパン					コッペパン				
		クリームシチュー	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	じゃがいも 小麦粉	なたね油 バター	白ワイン チキンコンソメ 鶏がらだし		
		コーンサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり コーン	砂糖	なたね油	酢 しょうゆ	20.5	27.0
		小夏				小夏					
28	月	牛乳		牛乳						571	801
		もち麦ごはん					米 ダイシモチ麦				
		さばのみそ煮	さばのみそ煮								
		おかかあえ	かつお節		にんじん	キャベツ もやし きゅうり	砂糖		しょうゆ ポン酢	21.9	32.3
		すまし汁	豆腐 かまぼこ	わかめ	ねぎ	たまねぎ えのきたけ			しょうゆ だし 昆布 削り節(だし)		
キャラメル型チーズ(小中学校のみ)			チーズ								
30	水	牛乳		牛乳						538	782
		たけのこごはん	鶏肉 油揚げ		にんじん	たけのこ えだまめ	米		清酒 しょうゆ みりん 削り節(だし)		
		小松菜の炒め煮	てんぷら かつお節		小松菜 にんじん	もやし キャベツ		なたね油	しょうゆ みりん 削り節(だし)		
		白みそのみそ汁	油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	たまねぎ いいたけ	ふ		煮干し(だし)	21.3	28.7
		かぼちゃマフィン(中学校のみ)					かぼちゃマフィン				

※献立は材料その他の都合により変更をすることがあります。

※塩・こしょう等少量の調味料は紙面の都合により表示しておりません。

※加工食品の内容成分やアレルギー原因食品の表示は、詳細献立表を各校・園に配付しておりますのでお問い合わせ下さい。

※さぬき市産及び香川県産が使用できる予定の料理名と食品名を、太字で表示しています。

※さぬき市の公式サイトでも献立表を公開しています。 さぬき市⇒教育・文化⇒学校教育⇒学校給食⇒学校給食献立表

4月使用予定の地場産物



令和7年度学校給食費(1食単価)をお知らせします。

令和7年度

給食費を軽減します！



物価高騰の影響を受けている子育て世代を支援するため、小学校及び中学校の児童・生徒の給食費の一部を市が負担いたします。

保護者の皆様に負担いただいている給食費は、すべて食材購入の経費にあてられています。

【給食費の負担額の内訳(1食あたり)】

学校給食に必要な経費は、この給食費とさぬき市が負担する調理場運営にかかる経費によってまかなわれています。

保護者の皆様には、学校給食の主旨をご理解いただき、給食費のスムーズな納付にご協力をお願いします。

区分	給食費の額	市が負担する額	保護者が負担する額
小学校	300円	180円	120円
中学校	350円	215円	135円



いただきまーす！

さぬき市の学校給食について知ろう

さぬき市では、子どもたちが健やかに成長し、望ましい食習慣を身につけるために3つの工夫をしています。

① 「**地産地消**」に取り組んでいます。さぬき市産及び、香川県産の地場産物を積極的に使用しています。

毎月配布している献立表には、さぬき市産及び香川県産の食材を使う料理、食材名を**太字**で書いています。

② 「**よくかんで食べよう**」の日には、よくかんで食べることの大切さを学ぶ献立になっています。根菜類や小魚、種実類、海藻類などの

かみごたえのある食品を取り入れています。



今月の「よくかんで食べよう」の日は、21日です。

③ **新しく「さぬきのふるさと給食」**を行います！

「さぬきのふるさと給食」では、香川県の郷土料理や、ユネスコの世界無形文化遺産に登録された和食の献立を実施します。

生活習慣とともに変わりつつある食生活ですが、郷土料理や和食の良さについて、給食を通じて伝えていきます。

右の讃太くんマークが目印です。



今月の「さぬきのふるさと給食」の日は、10日です。

その他にも・・・

★ 汁物や煮物のだしは、煮干し・昆布・削り節でとり、自然の味を大切にしています。

★ 生活習慣病を予防するとともに素材の味を活かすために、薄味を心がけています。



今年度の「いただきまーす！」は、「毎月の食育目標」に合わせたテーマで発信していきます。お楽しみに♪

令和7年4月～9月 さぬき市 学校給食摂取基準 (中学校3年生は7月まで)

※たんぱく質は学校給食による摂取エネルギーの全体の13～20%を目安に、基準が作られています。

	小学校						中学校			幼稚園
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	
エネルギー (kcal)	460	510	565	610	660	710	760	810	840	450
たんぱく質 (g) ※	16	18	20	21	23	25	27	28	29	16

※たんぱく質は学校給食による摂取エネルギー全体の13～20%を目安に、基準が作られています。