



2025年 4月のこんだて表



見附市学校給食センター

TEL (62) 2244

FAX (62) 2238

月		火		水		木		金		
こんだて	7	8	9	10	11					
	4月のお米は 今町小学校区産 こしいぶきです。	コーンおひたし 鶏とれんこんの甘酢あん	チャプチェ さばのみそ煮	さつま芋サラダ いかのカレー焼き	ごま和え 菜の花コロッケ					
										
	エネルギー 塩分	637 kcal 1.8 g	748 kcal 2.1 g	669 kcal 2.1 g	764 kcal 2.3 g	621 kcal 2.0 g	731 kcal 2.1 g	679 kcal 2.4 g	804 kcal 2.7 g	
補ってほしい食品	卵類	海藻類	大豆製品	くだもの						
あか	牛乳 鶏肉 かつお節 豆腐 みそ	牛乳 さば 豚肉 油揚げ みそ 大豆	牛乳 いか ハム 豚肉 わかめ みそ	牛乳 わかめ 豆腐 ベーコン 卵 鶏肉						
みどり	れんこん いんげん キャベツ 小松菜 にんじん コーン 白菜 しめじ ねぎ	玉ねぎ 小松菜 にんじん 大根 きくらげ にんにく ごぼう ねぎ 中学のみ：さくらんぼ レモン	ブロッコリー キャベツ にんじん もやし 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	もやし キャベツ 小松菜 コーン にんじん 玉ねぎ きくらげ しめじ 菜の花						
きいろ	米 片栗粉 さつま芋 油 砂糖	米 春雨 ごま油 砂糖 里芋 中学のみ：ゼリー	米 さつま芋 ごま油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	米 じゃが芋 パン粉 油 ごま 砂糖 片栗粉						
こんだて	14	15	16	17	18					
	大阪万博開催記念献立 れんこんマヨサラダ お好み焼き豚玉	しらたきのつるつるいため 鮭の塩麹焼き	のり酢和え 厚焼き玉子	パンサンスー キャベツメンチ	ごぼうとナッツ のサラダ					
										
	エネルギー 塩分	632 kcal 3.6 g	827 kcal 4.4 g	598 kcal 1.8 g	708 kcal 2.1 g	614 kcal 2.8 g	710 kcal 3.0 g	677 kcal 2.3 g	799 kcal 2.7 g	640 kcal 2.6 g
補ってほしい食品	いも類	種実類	肉類	魚類	大豆製品					
あか	牛乳 豚肉 わかめ なた かまぼこ	牛乳 鮭 豚肉 ひじき 豆腐 みそ	牛乳 卵 ツナ のり わかめ かまぼこ 豆腐 豆乳 油揚げ	牛乳 豆腐 豚肉 みそ ハム	牛乳 鶏肉 ハム					
みどり	しょうが にんにく キャベツ コーン もやし にんじん なら ねぎ 小松菜 れんこん	小松菜 にんじん もやし ねぎ しょうが にんにく ごぼう 大根	玉ねぎ 小松菜 じゃがいも にんじん かんぴょう 大根 しいたけ いちご レモン	もやし きゅうり にんじん ねぎ チンゲン菜 しいたけ たけのこ 玉ねぎ にら しょうが にんにく キャベツ	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが トマト ごぼう 小松菜					
きいろ	中華めん ノンエッグマヨネーズ 油 小麦粉 米粉 砂糖	米 油 ごま油 砂糖 さつま芋	米 砂糖 油 米粉 水あめ	米 油 春雨 砂糖 ごま油 片栗粉 パン粉	米 大麦 じゃが芋 カレールウ 米粉 アーモンド 砂糖 油					
こんだて	21	22	23	24	25					
	青菜ののりたくあえ 鰯の薬味ソース	ピーンズサラダ 厚揚げと春キャベツのソテー	ガーリックサラダ ハンバーグのねぎソースかけ	きりぼしだいこん 切干大根のキムチいため	ヨーグルト					
										
	エネルギー 塩分	683 kcal 2.2 g	825 kcal 2.7 g	646 kcal 2.2 g	764 kcal 2.6 g	696 kcal 2.6 g	860 kcal 3.2 g	648 kcal 2.4 g	768 kcal 2.8 g	623 kcal 1.6 g
補ってほしい食品	くだもの	いも類	海藻類	大豆製品	種実類					
あか	牛乳 鰯 のり 鶏肉 かまぼこ 厚揚げ	牛乳 厚揚げ 豚肉 みそ 大豆 ハム 鶏肉 えんどう豆	牛乳 豚肉 ハム 鶏肉 いんげん豆	牛乳 にしん 豚肉	牛乳 鶏肉 豚肉 ツナ 油揚げ 豆腐 みそ ヨーグルト					
みどり	しょうが ねぎ 小松菜 たくあん もやし たけのこ 山うど なめこ わらび みずな しいたけ 絹さや にんじん えのきたけ	キャベツ にんじん しいたけ 玉ねぎ ピーマン にんにく 白菜 小松菜 しめじ ブロッコリー きゅうり コーン しょうが	玉ねぎ キャベツ きゅうり にんじん コーン にんにく トマト	にんじん 玉ねぎ 切干大根 にら 白菜キムチ しょうが しいたけ いんげん	ごぼう 玉ねぎ しょうが 枝豆 大根 にんじん えのきたけ 小松菜 ねぎ					
きいろ	米 片栗粉 砂糖 ごま油 油 ノンエッグマヨネーズ	米 油 片栗粉 砂糖 春雨	米粉パン 砂糖 じゃが芋 油 ホワイトルウ ラード 片栗粉	米 ごま油 砂糖 油 じゃが芋 片栗粉	米 大麦 油 砂糖					
こんだて	28	29	30	4月の 地場野菜は、里芋、 れんこん、長ねぎ、 大根、小松菜、 にら、さつま芋 です。						
	きよみれつ 白身魚と大豆の味噌和え	みどりの日 お知らせ 小学校1年生の牛 乳は、4月だけ 100ccです。	ツナポテトサラダ ミートオムレツ	市内の生産者さんに 感謝して、 味わって いただき ましょう。						
										
	エネルギー 塩分	685 kcal 1.8 g	803 kcal 2.2 g	595 kcal 1.9 g	704 kcal 2.3 g					
補ってほしい食品	海藻類	大豆製品	大豆製品							
あか	牛乳 すけとうだら 大豆 みそ 鶏肉 油揚げ 豆腐 えんどう豆 レモン 枝豆 白菜 玉ねぎ	牛乳 卵 鶏肉 豚肉 ツナ	牛乳 卵 鶏肉 豚肉 ツナ							
みどり	にんじん えのきたけ にら にんにく しょうが きよみオレンジ	しそ にんじん 玉ねぎ きゅうり コーン ごぼう しいたけ たけのこ	しそ にんじん 玉ねぎ きゅうり コーン ごぼう しいたけ たけのこ							
きいろ	米 片栗粉 じゃが芋 油 砂糖	米 じゃが芋 油 春雨 砂糖 パン粉	米 じゃが芋 油 春雨 砂糖 パン粉							
基準		基準		基準						
ふくさい 副菜		ふくさい 副菜		ふくさい 副菜						
しめじ 主食		しめじ 主食		しめじ 主食						
しめじ 汁物		しめじ 汁物		しめじ 汁物						
小 kcal		小 kcal		小 kcal						
中 kcal		中 kcal		中 kcal						
家庭で補ってほしい食品		家庭で補ってほしい食品		家庭で補ってほしい食品						
赤：体をつくるもとになる食品		赤：体をつくるもとになる食品		赤：体をつくるもとになる食品						
緑：体の調子を整えるもとになる食品		緑：体の調子を整えるもとになる食品		緑：体の調子を整えるもとになる食品						
黄：エネルギーのもとになる食品		黄：エネルギーのもとになる食品		黄：エネルギーのもとになる食品						

2025年 4月の給食だより



見附市学校給食センターは、見附市内の小学校8校、中学校4校、特別支援学校1校の給食の調理を行っています。

ご入学・ご進級おめでとうございます

見附市の学校給食について

＜主食＞ 週4日米飯

隔週でパン(水曜日)、めん(月曜日)

見附市では、お米の生産者や生産地域を明確にした給食を提供することにより、子どもたちの食に対する一層の理解を促す取り組みが行われています。**市内各小学校区の多様な品種のお米が月ごとに登場します。**

今年度から米粉パンに加え、小麦パンも提供します。麺では米粉麺、ソフト麺、中華麺に加えて、うどんも提供します。

＜おかず＞ 和食を基本に多くの種類の食品をバランスよく取る工夫をしています。

地場農産物



年間を通じて見附市内で収穫された新鮮な野菜が登場します。

品目は、給食だよりやお昼の放送、見附市のホームページ（見附市教育委員会の中の学校給食ギャラリー）で紹介していきます。



* 給食のきまりと食事のマナー *

①みじたくをととのえよう



②食器は正しくならべよう



③食器や食缶を床におかない



④よい姿勢・正しい持ち方で食べよう



⑤汁はかきまぜながら盛ろう



⑥食器やはしはていねいに返そう



* 給食開始日 *

- 8日 新潟小（1年を除く）、上北谷小（1年を除く）、今町小（1年を除く）、見附中（1年を除く）、南中（1年を除く）、今町中（1年を除く）、西中（1年を除く）
- 9日 見附小（1年を除く）、第二小、名木野小（1年を除く）、田井小、葛巻小（1年を除く）、見附中1年、南中1年、今町中1年、西中1年
- 10日 見附特支（小学部1年を除く）
- 11日 新潟小1年、上北谷小1年
- 14日 見附小1年、名木野小1年、今町小1年
- 16日 葛巻小1年、見附特支小学部1年

* 4月の予定 *

* 中学校 *

28日 見附中 給食なし

