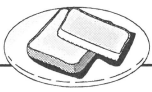
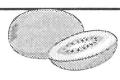


4 月 予 定 献 立

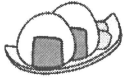


月日	曜	主 食	献 立
4/8	火	しょう油ラーメン	ふれあい餃子 みそマヨネーズ和え
4/10	木	食パン 	マカロニグラタン 春野菜スープ りんごゼリー
4/11	金	中華丼	春雨サラダ 果物 
4/14	月	ごはん 	チーズインハンバーグ ポテトサラダ 蒟蒻のオイスター炒め なめこ汁
4/15	火	和風カレーうどん	発芽玄米入り平つくね 白菜とりんごのサラダ
4/16	水	ごはん	鮭の照焼き ほうれん草のごま和え ホテトのそぼろ煮 にら玉汁
4/17	木	揚げパン（きなこ）	ポークビーンズ
4/18	金	三色丼	もやしの磯和え 味噌汁
4/21	月	紫黒米ごはん	肉豆腐 わかさぎフリッター 菜の花のおかか和え 味噌汁
4/22	火	クリームスープスパゲティ	ブロッコリーサラダ
4/23	水	ごはん	鶏の唐揚げ かぼちゃサラダ 大根中華ソテー 味噌汁
4/24	木	ピザトースト	ワンタンスープ ブルーベリーゼリー
4/25	金	ポークカレー 	こんにゃくサラダ 果物 
4/30	水	ごはん	鯖の味噌煮 白菜のピーナツ和え ジャーマンポテト 味噌汁

☆牛乳は毎日

※ 行事、天候等により献立を変更することがあります。

今月の行事

- 8日（火） 始業式
- 9日（水） 入学式 
- 10日（木） 対面式
- 11日（金）～17日（木） 教育相談
- 15日（火） 内科検診・身体測定
- 16日（水） 心電図検査・結核検診（1年）
- 18日（金） 新入生歓迎会
- 23日（水） 歯科検診
- 28日（月） 創立記念日（生徒休業） 
- 29日（火） 祝日：昭和の日



給食室では
食中毒防止のため
飲食物の持ち込みを
禁止しています

福島県立白河第二高等学校

R7.4.8

4月の献立表

2025年

福島県立白河第二高等学校

日	主食	牛乳	おかず	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	1人分 たんぱく質 脂質 食塩相当量			
8 火	しょう油ラーメン	○	ふれあい餃子 みそマヨネーズ和え	焼き豚,なんと,豚肉,	牛乳(学校給食用)	中華めん、砂糖、パン粉、ぎょうざの皮	ごま,大豆油,マヨネーズ、ごま油	ほうれんそう,赤ピーマン,にんじん	ねぎ,キャベツ,きゅうり,玉葱、コーン	753 kcal 36.0 g 28.3 g 3.8 g
10 木	食パン(給食用)	○	マカロニグラタン 春野菜+ア りんご+果汁80%	鶏もも肉,ベーコン	チーズ,牛乳,牛乳(学校給食用)	食パン(給食用)、マカロニ、粉飴、グラニュー糖、ぶどう糖、果糖液糖	大豆油	にんじん,パセリ	いちご,玉葱,アスパラ,マッシュルーム、キャベツ、コーン、りんご果汁	929 kcal 35.7 g 30.7 g 3.6 g
11 金	中華丼	○	春雨サラダ 果物(いちご)	うずら卵,豚もも肉,あさり,えび、いか,ロースハム,たまご	牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,かたくり粉,はるさめ	大豆油	にんじん,チンゲンツァイ,赤ピーマン	たけのこ,はくさい,きゅうり,いちご	806 kcal 32.4 g 23.2 g 3.0 g
14 月	 ご飯(麦)	○	チーズハンバーグ ポテトサラダ 蒟蒻のオイスター炒め なめこ汁	鶏肉,たまご,ロースハム,油揚げ,豆腐	三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)、チーズソース	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,ポテト,こんにゃく、パン粉、砂糖、でん粉	マヨネーズ,ごま油,ごま	こまつな,赤ピーマン	玉葱,きゅうり,パレンシアオレンジ,なめこ,ねぎ	857 kcal 29.4 g 30.6 g 2.6 g
15 火	和風カレーうどん	○	発芽玄米入り平つくね 白菜とりんごのサラダ	豚もも肉,油揚げ,鶏肉、粉末状大豆蛋白	牛乳(学校給食用)	うどん,かたくり粉、発芽玄米、パン粉、砂糖、果糖ぶどう糖液糖	食用植物油脂	にんじん,赤ピーマン	ねぎ,きぬさや,はくさい,りんご,きゅうり,玉葱、コーン	771 kcal 31.2 g 28.7 g 3.9 g
16 水	ご飯(麦)	○	鮭の照り焼き ほうれん草ごま和え じゃがいものそぼろ煮 にら卵汁	しらす,かまぼこ,鶏ひき肉,たまご	三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,上白糖,ポテト,でん粉	ごま,大豆油	ほうれんそう,にんじん,さやいんげん,にら	もやし,玉葱,乾燥椎茸,ねぎ	822 kcal 37.9 g 20.7 g 3.3 g
17 木	揚げパン(きなこ)	○	ポークビーンズ	きな粉,冷凍大豆,豚もも肉	牛乳(学校給食用)	コッペパン(給食用)、グラニュー糖,ポテト,上白糖	大豆油	にんじん,ブロッコリー,トマト	玉葱	839 kcal 32.3 g 30.0 g 2.8 g
18 金	三色丼	○	もやしの磯和え 大根味噌汁	鶏ひき肉,たまご,ツナ,油揚げ	のり,三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),強化米,切断無圧ベン精麦(普通)、上白糖	大豆油	こまつな,ほうれんそう,にんじん	もやし,だいこん	784 kcal 32.6 g 25.1 g 2.4 g
21 月	紫黒米ごはん	○	肉豆腐 わかさぎフリッター 菜の花のおかか和え じゃが芋の味噌汁	豚肩ロース肉,豆腐,わかさぎ、沖あみ、かつお節	わかめ,三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)、あおさ	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,しらす,三温糖,上白糖,ポテト、米粉、でん粉	大豆油	にんじん,しゅんぎく,なばな	はくさい,干し椎茸,えのきだけ,ねぎ,しめじ,玉葱	855 kcal 34.6 g 27.0 g 2.4 g
22 火	クリームスープ(茸)	○	 クリームスープ	ベーコン,あさり,ロースハム,たまご	チーズ,牛乳,牛乳(学校給食用)	スバゲッティ	大豆油,食用植物油脂	赤ピーマン,ブロッコリー	マッシュルーム,たまごだけ,玉葱,コーン,カリフラワー,キャベツ	681 kcal 30.8 g 24.8 g 2.5 g
23 水	ご飯(麦)	○	鶏の唐揚げ かぼちゃサラダ 大根の中華ソテー 小松菜の味噌汁	鶏もも肉,油揚げ,たまご	チーズ,ヨーグルト,三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,でん粉,薄力粉,さつまいも,上白糖	大豆油,マヨネーズ,アーモンド,ごま油	かぼちゃ,にんじん,こまつな	レモン,きゅうり,だいこん,きくらげ,ねぎ	940 kcal 34.9 g 34.4 g 2.9 g
24 木	ピザトースト	○	ワンタンスープ アルバーニゼー	ベーコン,豚ひき肉	チーズ,牛乳(学校給食用)	食パン(給食用)、ぎょうざの皮、アルバーニソース、ブドウ糖、果糖液糖、果糖、グラニュー糖、粉飴	アーモンド,ごま	青ピーマン,にんじん,こまつな	玉葱,マッシュルーム,はくさい,もやし,ねぎ,乾燥椎茸	689 kcal 26.9 g 22.2 g 3.4 g
25 金	 ポークカレー	○	蒟蒻サラダ 果物(キウイフルーツ)	豚もも肉,ちくわ	海藻サラダ,牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、ポテト、こんにゃく	大豆油,アーモンド,ごま	にんじん、しその葉	玉葱,大根、なす、れんこん、きゅうり、キャベツ,キウイフルーツ	837 kcal 27.9 g 23.0 g 3.5 g
30 水	ご飯(麦)	○	鯖の味噌煮 白菜のピーナツ和え ジャーマンポテト えのきの味噌汁	まさば,かまぼこ,ベーコン	三石昆布(だしパック)、牛乳(学校給食用)	水稲穀粒(精白米),切断無圧ベン精麦(普通)、強化米,上白糖,ポテト,でん粉	らっかせい,大豆油	こまつな,にんじん,赤ピーマン,ほうれんそう	しょうが,はくさい,玉葱,グリーンアスパラ,えのきだけ	846 kcal 32.0 g 28.8 g 3.8 g

4月 給食だより

白河第二高校のみなさん
【入学・進級おめでとうございます！】

新学期を迎え期待に胸を膨らませているでしょうか。
みなさんの楽しい学校生活を送れるために、今年度も安全・安心を心掛け、美味しい給食を心を込めて作ります。
毎日たくさんの笑顔に会えるのを楽しみにしています。

給食室スタッフ一同

給食室からお願い

給食がはじまります！

① ひとりひとりが衛生に十分注意しましょう。
・手を洗ってから食事をします。
・身のまわりを清潔にします。
② 大切な食べ物です。欠食しないように心掛けましょう。
③ 食には個人差があります。
年齢、性別、体格、運動量によって必要なエネルギーも変わりますので、ごはんの量など気軽に相談してください。
④ 給食以外の食べ物、飲み物持ち込まないでください (食中毒防止！)。
⑤ 食事の時間を守りましょう (授業に遅れます！)。

給食時間は
16:50~17:30(時間厳守)

給食を食べていない生徒にも給食を知ってもらうため、年に何回か揚げパンの注文をとっています。注文をとる時は献立表でお知らせします。
興味のある人は食べてみてくださいね。

《食物アレルギー》がある人は、必ず養護教諭にお話してください。

牛乳やデザートなど食べきれず持ち帰ったものは、教室などに置いたままにせず、最後まで自分で責任をもって処分してください。

給食や食に関しての感想、要望、気付いたこと、何でもいので、気軽に栄養士に声を掛けて下さい。
※昇降口に設置してある給食用ポストの投函でもOKです。

ごはんやおかずの量、調整します。声を掛けて下さい。