

2026年4月 学校給食予定献立表

実施日 日(曜)	献立名	主な材料とその働き			調味料等	栄養素	
		体を作る食品 (赤の食べ物)	エネルギーのもとになる食品 (黄色の食べ物)	体の調子を整える食品 (緑の食べ物)		エネルギー (Kcal)	たん白 質(g)
13(月)	牛乳	牛乳					
	切り干し大根のそぼろ丼	鶏肉 豚肉	でんぷん 砂糖 米 米油	ごまつな にんじん 切り干し大根 たまねぎ	清酒 本みりん しょうゆ 一徳庵辛子 か 節 醤油	624	27.3
14(火)	みそ汁	豆腐 油揚げ 白みそ 赤みそ	じゃがいも	ねぎ			
	牛乳	牛乳					
14(火)	桜ごはん	油揚げ ちりめんじゃこ	米 こんにやく ごま	にんじん 干しいたけ 桜の花	清酒 しょうゆ 粗塩	624	24.4
	ふわっかり揚げ	大豆 凍り豆腐 鶏肉	小麦粉 でんぷん 砂糖 米油	ピーむ しょうが	清酒 しょうゆ		
15(水)	ピリッときゃべつ		ア油	キャベツ きゅうり	しょうゆ 粗塩		
	牛乳	牛乳					
15(水)	わかめラーメン	鶏肉 わかめ	砂糖 中華めん ごま油 米油	にんじん しょうが たけのこ ねぎ ねぎ	しょうゆ 粗塩 こしょう 鶏がら	668	26.5
	羊作り揚げようざ	豚肉	餃子の皮 米油	キャベツ しょうが たまねぎ にんにく	しょうゆ 粗塩		
16(木)	野菜のアーモンド和え	油揚げ	砂糖 ア몬드	ごまつな にんじん もやし	しょうゆ		
	ヨーグルト	ヨーグルト					
16(木)	牛乳	牛乳					
	ごはん		米				
17(金)	蒸し鶏のごまだれかけ	鶏肉	でんぷん 砂糖 ごま		清酒 本みりん しょうゆ	610	32.2
	新じゃがいものうま煮	さつま揚げ 豚肉	じゃがいも 砂糖 こんにやく 米油	にんじん いんげん たまねぎ	清酒 しょうゆ 煮干し		
17(金)	キャベツの昆布漬	昆布		にんじん キャベツ	粗塩 一味唐辛子		
	牛乳	牛乳					
17(金)	黒パン	黒パン					
	ポークチーズカツ	豚肉 チーズ	小麦粉 パン粉 砂糖 米油	たまねぎ	カツソース 粗塩 トマトピューレ こしょう トマトピューレ	650	24.8
20(月)	野菜のスープ煮	鶏肉	じゃがいも 米油	にんじん 白菜 キャベツ たまねぎ マッシュルーム	粗塩 こしょう 鶏がら ローレル		
	ジュースフルーツ			ジュースフルーツ			
20(月)	牛乳	牛乳					
	ごはん		米				
21(火)	さばのみそ煮	さば 赤みそ	砂糖	しょうが	清酒 本みりん しょうゆ	619	25.2
	かきたま汁	たまご 豚肉	でんぷん	ごまつな にんじん たけのこ たまねぎ 干しいたけ	しょうゆ 粗塩 か 節 醤油		
21(火)	浅漬け			にんじん キャベツ	粗塩		
	牛乳	牛乳					
21(火)	ポテトビラフ	豚肉	じゃがいも 米 パター 米油	にんじん 白菜 たまねぎ ねぎ	清酒 粗塩 こしょう	651	24.0
	ちくわの磯辺フライ	ちくわ あおのり	小麦粉 パン粉 米油		粗塩 こしょう		
22(水)	コールスロー		砂糖 米油	にんじん キャベツ きゅうり	粗塩 米酢 こしょう		
	牛乳	牛乳					
22(水)	ごはん		米				
	ジャンボ肉シューマイ	たまご 豚肉	でんぷん しゅうまいの皮	しょうが たけのこ たまねぎ	しょうゆ 粗塩 こしょう	646	28.6
23(木)	鶏肉と昆布の炒り煮	油揚げ 鶏肉 昆布	砂糖 こんにやく 米油	にんじん 干しいたけ	清酒 しょうゆ 煮干し		
	ねぎじゃこナムル	ちりめんじゃこ	砂糖 ごま油 ごま 米油	にんじん きゅうり にんにく ねぎ もやし	しょうゆ 粗塩 米酢 こしょう		
23(木)	牛乳	牛乳					
	ツイストパン		ツイストパン				
24(金)	ブラウンジチュー	鶏肉 生クリーム	小麦粉 じゃがいも パター 米油	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム	赤ワイン カサノバ 中濃ソース 粗塩 トマトピューレ こしょう 鶏がら ローレル トマトピューレ	600	21.7
	キャベツとベーコンのソテー	ベーコン	米油	ごまつな にんじん キャベツ もやし	しょうゆ 粗塩 こしょう		
24(金)	牛乳	牛乳					
	照焼きチキンバーガー	鶏肉	でんぷん 砂糖 こどもパン 米油	キャベツ	清酒 本みりん しょうゆ 粗塩 こしょう	673	26.9
27(月)	米粉のクリームスープ	ベーコン 牛乳	じゃがいも 米粉 パター	にんじん 白菜 たまねぎ	白ワイン 粗塩 こしょう 鶏がら ローレル		
	羊作りりんごゼリー	寒天	砂糖	りんごジュース			
27(月)	牛乳	牛乳					
	ごはん		米				
28(火)	マーボー豆腐	豆腐 赤みそ 豚肉	でんぷん 砂糖 米油	にんじん しょうが たけのこ にんにく ねぎ	しょうゆ トマトピューレ テンメツヤツ	647	30.8
	春雨サラダ	いか	はるさめ 砂糖 ごま油 米油	ごまつな にんじん きゅうり もやし	しょうゆ 粗塩 米酢		
28(火)	牛乳	牛乳					
	たけのこごはん	油揚げ 鶏肉	砂糖 米	きやえんどう にんじん たけのこ 干しいたけ	しょうゆ 粗塩	609	25.0
30(木)	めばるの野菜あんかけ	めばる	小麦粉 でんぷん 砂糖 米油	にんじん ピーむ もやし	清酒 しょうゆ 粗塩 こしょう		
	黒蜜ゼリー入りフルーツポンチ	寒天	黒砂糖 砂糖	白桃缶 りんご缶 黄桃缶			
30(木)	牛乳	牛乳					
	カレーライス	豚肉 チーズ	小麦粉 じゃがいも 米 パター 米油	にんじん じゃがいも たまねぎ にんにく	カツソース しょうゆ 粗塩 カレー粉 こしょう カマクラ トマトピューレ	653	21.6
	デングンサイとコーンのソテー	鶏肉	米油	デングンサイ キャベツ ねぎ	粗塩 こしょう		
	<b>給食回数 13回</b>					<b>今月の栄養量</b>	<b>636</b>
※材料は都合により変わる場合があります。					<b>基準栄養量</b>	<b>650</b>	<b>21.1~ 32.5</b>