



令和8年度

4月の献立表

| 日・曜日 | 献立名 | 主な食品 | エネルギー たんぱく質 塩分相当量 |
|-----------|---------------|--|-------------------------|
| 13 (月) | ちらし寿司 | 米 米油 酒 酢 砂糖 塩 かんぴょう にんじん 干しいたけ 高野豆腐 油揚げ たけのこ しょうゆ のり | 779 29.2 2.0 |
| | 鶏のからあげ | とり肉 酒 しょうが にんにく しょうゆ 片栗粉 米粉 なたね油 | |
| | 小松菜のおかか和え | 小松菜 キャベツ しょうゆ みりん かつお節 | |
| 14 (火) | スパゲティミートソース | スパゲティ 塩 米油 薄力粉 玉ねぎ にんにく しょうが ぶた肉 とり肉 切干大根 にんじん トマトピューレ ケチャップ ウスターソースAF しょうゆ 赤ワイン 塩 こしょう とりレバー 大豆 | 721 36.8 2.1 |
| | チーズサラダ | チーズ キャベツ きゅうり にんじん 米油 しょうゆ 砂糖 酢 塩 こしょう | |
| 15 (水) | ひじきご飯 | 米 麦 酒 みりん 塩 しょうゆ 米油 にんじん 芽ひじき 大豆 とり肉 油揚げ 干しいたけ 砂糖 | 721 35.9 1.9 |
| | さわらのみそだれ焼き | サワラ 酒 みりん 西京みそ 砂糖 | |
| | 磯の香和え | 小松菜 キャベツ にんじん しょうゆ みりん 塩 のり | |
| 16 (木) | チキンカレーライス | 米 麦 赤ワイン 米油 にんにく しょうが じゃがいも にんじん 玉ねぎ とり肉 薄力粉 カレー粉 中濃ソースAF ウスターソースAF ケチャップ しょうゆ 塩 こしょう はちみつ | 765 25.6 1.9 |
| | 海藻サラダ | 海藻ミックス 大根 にんじん きゅうり 玉ねぎ 米油 ごま油 酢 砂糖 しょうゆ 塩 白ごま | |
| 17 (金) | わかめとじゃこのご飯 | 米 麦 わかめご飯の素 ちりめんじゃこ 白ごま | 735 29.3 1.8 |
| | かじきの磯フライ | カジキ 塩 こしょう 薄力粉 青のり パン粉 なたね油 中濃ソース 卵 | |
| | ごまみそ和え | ブロッコリー にんじん キャベツ 白ごま みそ 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 | |
| | 飲むヨーグルト | アシドミルク(砂糖 脱脂粉乳 全粉乳) | |
| 20 (月) | たけのこご飯 | 米 麦 米油 とり肉 たけのこ 油揚げ にんじん 酒 砂糖 しょうゆ | 751 29.1 1.6 |
| | じゃがいものそぼろあんかけ | じゃがいも なたね油 米油 とり肉 にんじん 玉ねぎ 干しいたけ 枝豆 酒 砂糖 みりん しょうが しょうゆ 塩 片栗粉 | |
| 21 (火) | けんちんうどん | うどん ごま油 干しいたけ 大根 にんじん ごぼう 長ねぎ こんにゃく 生揚げ 小松菜 酒 みりん しょうゆ 塩 | 676 32.4 2.2 |
| | 鶏肉のごまみそがらめ | とり肉 塩 酒 片栗粉 大豆 なたね油 しょうゆ みそ 砂糖 みりん 白ごま 小松菜 | |
| 22 (水) | キムチチャーハン | 米 麦 ごま油 ぶた肉 長ねぎ 切干大根 白菜キムチ (白菜 大根 唐辛子 にんにく にんじん ねぎ 生姜 塩 砂糖 昆布) たら 塩 こしょう 酒 しょうゆ | 670 26.7 2.6 |
| | ワンタンスープ | ワンタンの皮 米油 ぶた肉 酒 にんじん 緑豆もやし たけのこ 塩 こしょう しょうゆ しょうが 長ねぎ たら ごま油 | |
| | ヨーグルト | コアコアヨーグルト(砂糖 乳製品 寒天) | |
| 23 (木) | 鯉の照り焼き混ぜご飯 | 米 麦 カツオ 片栗粉 なたね油 みりん 砂糖 酒 しょうが しょうゆ 白ごま 小松菜 | 701 33.5 1.8 |
| | 豚汁 | 米油 ぶた肉 酒 じゃがいも にんじん ごぼう 大根 豆腐 こんにゃく 長ねぎ みそ 小松菜 | |

裏面に続きます ↓

| 日・曜日 | 献立名 | 主な食品 | エネルギーたんぱく質塩分相当量 |
|-------------|------------|---|--------------------|
| 24 (金) | 黒パン | 黒パン(小麦粉 黒糖 ビート糖 マーガリン(乳成分不使用) イースト タピオカでん粉 脱脂粉乳 食塩) | 812 33.9 2.7 |
| | ポークビーンズ | 大豆 米油 にんにく ぶた肉 レバー入りウインナー にんじん 玉ねぎ じゃがいも トマト ケチャップ ウスターソースAF しょうゆ 砂糖 塩 こしょう 薄力粉 | |
| | コールスローサラダ | キャベツ きゅうり にんじん 塩 こしょう 酢 砂糖 米油 ノンエッグマヨネーズ | |
| 27 (月) | マーボー丼 | 米 麦 豆腐 米油 しょうが にんにく ぶた肉 とり肉 片栗粉 ぶたレバー 酒 にんじん 切干大根 えのきたけ 干しいたけ たらこ 砂糖 しょうゆ トウバンジャン テンメンジャン ごま油 | 716 33 1.8 |
| | ナムル | 小松菜 緑豆もやし にんじん にんにく しょうゆ 塩 砂糖 酢 ごま油 ラー油 白ごま | |
| 28 (火) | 五目あんかけそば | 米油 しょうが にんにく ぶた肉 玉ねぎ にんじん たけのこ 白菜 きくらげ 緑豆もやし チンゲンサイ いか うすら卵 酒 塩 こしょう 砂糖 酢 しょうゆ 片栗粉 ごま油 | 766 29.6 2.1 |
| | 牛乳寒天ポンチ | 粉寒天 砂糖 牛乳 ラム酒 白ワイン パイン缶 りんご缶 甘夏缶 | |
| 29日(水) 昭和の日 | | | |
| 30 (木) | キャロットピラフ | 米 麦 にんじん 塩 米油 レバー入りウインナー 玉ねぎ セロリ マッシュルーム こしょう しょうゆ 白ワイン | 707 31.3 1.7 |
| | 鶏肉のクリームソース | とり肉 しょうが にんにく こしょう 塩 白ワイン 米油 バター 薄力粉 脱脂粉乳 牛乳 玉ねぎ チーズ パセリ | |
| | キャベツサラダ | 米油 キャベツ にんじん 小松菜 コーン 酢 砂糖 しょうゆ 塩 | |

※都合により献立、食材に変更がある場合もあります。



新年度が始まり、不安を抱えている人や緊張している人はいませんか？給食室では、皆さんが健康に学校生活が送れるように、安心・安全な給食の提供ができるよう努めています。給食室一同、今年度もよろしくお祈いします。



※日本給食(株)に調理・洗浄業務を委託しています。

保護者の皆様へのお願い

お子様が白衣等を持ち帰りましたら洗濯と、滅菌のためのアイロンがけをお願いいたします。

週明けに必ずお子様に持たせてください。

衛生的な配膳・食事ができるよう、ご協力をお願いいたします。また、アレルギーの生徒もいるため、柔軟剤の使用は避けて、洗濯をお願いします。



●給食費等の口座引き落とし日のお知らせ

2.3年生: 5月 8日(金)

1年生: 5月13日(水)

残高の確認をよろしくお願いいたします。
(手数料10円がかかります。)