

令和8年 4月の献立予定表 16回

日 曜日	エネルギー たんぱく質	献立名	主な使用食材		
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま
8 水	809 23.9	【カレーライス】	鶏肉	米、大麦、じゃがいも、小麦粉、油、★バター	にんじん、生姜、にんにく、セロリ、玉ねぎ、カレー粉
		【根菜の手作り福神漬け】		三温糖	にんじん、生姜、きゅうり、大根、れんこん
9 木	713 32.3	【フルーツヨーグルト】	★ヨーグルト	上白糖	★桃缶、パイナップル
		【ソース焼きそば】	★豚肉	中華麺、油	にんじん、ピーマン、にんにく、生姜、玉ねぎ、キャベツ、もやし
10 金	758 33.1	【生揚げのそぼろ煮】	鶏肉、生揚げ	じゃがいも、三温糖、でんぷん、油	にんじん、生姜、玉ねぎ、枝豆
		【かまぼこのすまし汁】	かまぼこ		小松菜、長ねぎ
13 月	732 31.8	【ご飯】		米、大麦	
		【ひじき入り玉子焼き】	鶏肉、★卵、ひじき	三温糖、油	玉ねぎ、干し椎茸
14 火	713 33.2	【うぐいす揚げパン】	きな粉	★米粉ミックスパン、三温糖、グラニュー糖、油	
		【肉団子のスープ煮】	鶏肉、豆腐	パン粉、でんぷん	にんじん、小松菜、生姜、長ねぎ、たけのこ、干し椎茸、白菜
15 水	859 31.8	【鶏肉の中華ソースがけ】	鶏肉	でんぷん、小麦粉、はちみつ、三温糖、大豆油、ごま油	生姜
		【わかめのサラダ】	わかめ	上白糖、ごま油	小松菜、にんじん、もやし
16 木	803 26.2	【ワンタンスープ】	鶏肉	ワンタンの皮	にんじん、小松菜、キャベツ、もやし、長ねぎ
		【ご飯】		米、大麦	
17 金	734 34.8	【すき焼きコロッケ】	鶏肉、おから	しらたき、三温糖、じゃがいも、小麦粉、パン粉、油	玉ねぎ
		【もやしのごま和え】		三温糖、★ごま、ごま油	にんじん、小松菜、もやし、生姜、にんにく
17 金	734 34.8	【なめこのみそ汁】	豆腐、みそ		なめこ、長ねぎ
		【たけのこご飯】	油揚げ	米、三温糖	たけのこ
17 金	734 34.8	【鯖の西京焼き】	さわか、みそ	三温糖	
		【五色和え】		三温糖、油	小松菜、にんじん、もやし、キャベツ、とうもろこし
17 金	734 34.8	【かきたま汁】	豆腐、★卵	でんぷん	にんじん、小松菜
		【ぶどう寒天】	粉寒天	上白糖	ぶどうジュース、ぶどう缶

☆ 学校行事、材料購入の関係で献立が変わることがあります。
☆ 食中毒防止のため、果物以外は加熱調理を行っています。

日 曜日	エネルギー たんぱく質	献立名	主な使用食材			
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
20 月	753 29.4	【ご飯】		米、大麦		
		【豚肉の生姜焼き】	★豚肉		三温糖	生姜
21 火	728 35.9	【ごぼうチップスサラダ】		三温糖、大豆油、油	にんじん、小松菜、キャベツ、とうもろこし、ごぼう	
		【さつま汁】	鶏肉、みそ		さつまいも	にんじん、大根、長ねぎ
22 水	773 36.7	【わかめうどん】	鶏肉、油揚げ、わかめ		うどん	にんじん、大根、干し椎茸、長ねぎ
		【ししゃもとチーズのバリバリ揚げ】	★ししゃも、★ピザチーズ		春巻きの皮、小麦粉、大豆油	
23 木	714 29.1	【焼肉サラダ】	★豚肉		三温糖、油	にんじん、にんにく、キャベツ、きゅうり、もやし
		【胚芽パン】			★胚芽パン	
24 金	782 31.5	【魚のフライ】	ホキ		小麦粉、パン粉、三温糖、大豆油	
		【キャベツサラダ】			三温糖、油	にんじん、パプリカ、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ
27 月	712 32.8	【ミネストローネ】	★ベーコン、大豆		じゃがいも、三温糖、マカロニ、油	にんじん、玉ねぎ
		【ご飯】			米、大麦	
28 火	756 33.0	【豆腐ハンバーグ きのこソース】	★豚肉、鶏肉、豆腐		パン粉、三温糖、でんぷん、油	玉ねぎ、れんこん、えのきたけ、ぶなしめじ
		【小松菜サラダ】	ツナ		三温糖、油	小松菜、にんじん、キャベツ、きゅうり
29 水	714 29.1	【じゃがいものみそ汁】	みそ、わかめ		じゃがいも	玉ねぎ
		【マーボー豆腐丼】	★豚肉、鶏肉、豆腐、みそ		米、大麦、三温糖、でんぷん、油、ごま油	にんじん、にら、生姜、にんにく、長ねぎ、玉ねぎ、たけのこ、干し椎茸
30 水	804 32.4	【野菜のナムル】			三温糖、ごま油	小松菜、にんじん、だいずもやし、もやし
		【杏仁豆腐】	寒天、★牛乳		上白糖	★桃缶、パイナップル
30 水	804 32.4	【ご飯】			米、大麦	
		【魚の香味焼き】	さば		ごま油	にんにく、生姜、長ねぎ
30 水	804 32.4	【切干大根のごま和え】			三温糖、★ごま、ごま油	にんじん、キャベツ、きゅうり、切干しだいこん
		【キャベツのみそ汁】	生揚げ、みそ			にんじん、大根、キャベツ
30 水	804 32.4	【果物】				柑橘の予定
		【ピザトースト】	★ウインナー、★ピザチーズ		★胚芽食パン、オリーブ油	ピーマン、にんにく、玉ねぎ、マッシュルーム
30 水	804 32.4	【キャロットサラダ】			三温糖、油	にんじん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、玉ねぎ
		【クリームシチュー】	鶏肉、大豆、ひよこまめ、★牛乳		じゃがいも、小麦粉、油、★バター	にんじん、玉ねぎ
30 水	804 32.4	【鶏と卵のそぼろ丼】	鶏肉、★卵		米、大麦、三温糖、油	小松菜、生姜、かんぴょう
		【けんちん汁】	豆腐		こんにゃく	にんじん、小松菜、大根、干し椎茸
30 水	804 32.4	【よもぎ団子】	きな粉		白玉粉、三温糖、グラニュー糖	よもぎ

< 4月の給食目標 > みんなで協力し能率的に準備や後片付けをしよう