



# 4月分 給食献立予定表 (小学校)

日付	こ ん だ て め い			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g)	お も な ざ い り ょ う					
					血やにくになる		体の調子をとのえる		力や熱のもとになる	
8 (水)	ごはん のり香味	牛乳	さわらの西京焼き 元気サラダ じゃがいもとわかめのみそ汁	604 26.3 19.0	さわら みそ ハム とうふ かつお節 油あげ	牛乳 のり 青のり こんぶ	にんじん わかめ	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	米 さとう じゃがいも	ごま 油
9 (木)	いちご ロール	牛乳	野菜コロッケ 花野菜サラダ 焼きそば	819 25.4 31.1	ふた肉 かまぼこ	牛乳 青のり	にんじん かぼちゃ ブロッコリー	いちご とうもろこし たまねぎ キャベツ えだまめ もやし カリフラワー	パン さとう じゃがいも パン粉 小麦粉 焼きそば麺	マーガリン 油 ごま ドレッシング
10 (金)	三色 ごはん	牛乳	とりそぼろ・卵そぼろ・ほうれん草 さつまいも汁 ととやき (チョコ味)	641 29.2 18.5	とり肉 卵 大豆 みそ ふた肉 油あげ	牛乳 全粉乳	ほうれん草 にんじん	だいこん こんにやく たまねぎ ねぎ ごぼう	米 ココア さとう さつまいも でん粉 小麦粉	油
13 (月)	ごはん	牛乳	野菜かき揚げ・天丼のたれ にら入りごま酢あえ 巻き狩り汁	660 19.2 23.8	卵 とり肉 かまぼこ みそ	牛乳	にんじん さやいんげん にら	たまねぎ しめじ キャベツ ごぼう もやし ねぎ だいこん こんにやく	米 さとう じゃがいも 小麦粉 でん粉 さといも	油 ごま ごま油
14 (火)	丸パン <small>ミルク コーヒ</small>	牛乳	焼きメンチカツ ゆでキャベツカレー風味 クラムチャウダー	694 26.3 27.9	とり肉 卵 ベーコン あさり	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ キャベツ とうもろこし グリーンピース	パン パン粉 でん粉 小麦粉 さとう じゃがいも	豚脂 牛脂 油 小麦粉
15 (水)	ラーメン	牛乳	<b>♥ いちごの日給食 ♥</b> えび入りしゅうまい② 荳わかめのナムル 野菜いっぱいタンメンスープ いちごプリン	773 23.3 20.0	魚肉 えび とうふ 卵 ハム ふた肉 なると	牛乳 くわわかめ	にんじん にら	たまねぎ きくらげ キャベツ いちご はくさい もやし たけのこ	ラーメン 小麦粉 パン粉 さとう	豚脂 ごま ドレッシング 油
16 (木)	黒糖 コッパ パン	牛乳	チキンナゲット② ツナと野菜のサラダ パスタスープ	697 25.6 30.9	とり肉 おから ツナ ウイナー	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ セロリー	パン 黒糖 パン粉 でん粉 小麦粉	油 ノンエッグマヨネーズ スパゲッティ
17 (金)	赤飯 ごま塩	牛乳	<b>✧ 入学・進級お祝い給食 ✧</b> 花型ハンバーグトマトソース 菜の花あえ ゆば入りすまし汁	607 26.7 19.3	あずき ふた肉 とり肉 卵 とうふ なると	牛乳 わかめ ゆば	トマト 菜の花 ほうれん草 にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ	もち米 米 さとう でん粉	ごま 豚脂 油
20 (月)	ごはん	牛乳	厚焼きたまご ブロッコリーのおかかあえ じゃがいものそぼろ煮	633 25.4 17.3	卵 かつお節 ふた肉 厚あげ	牛乳	ブロッコリー にんじん	もやし たまねぎ しらたき グリーンピース	米 さとう でん粉 じゃがいも	油
21 (火)	お弁当の日 しっかり加熱してよく冷ましてから詰めましょう♪									
22 (水)	ごはん	牛乳	<b>★ 地産地消給食 ★</b> 油淋鶏 (コーリンチー) かんぴょうのごまあえ 中華風けんちん汁	621 26.0 19.7	とり肉 みそ ふた肉	牛乳	小松菜 にんじん	ねぎ ごぼう はくさい かんぴょう こんにやく キャベツ だいこん	米 さとう でん粉 さといも	油 ごま油 ごま
23 (木)	アップル パン	牛乳	フランクフルト れんこんひじきサラダ トマト風味のベーコンと野菜のスープ	635 22.6 27.9	フランクフルト ベーコン	牛乳 ひじき	にんじん パセリ トマト	りんご キャベツ れんこん たまねぎ きゅうり マッシュルーム とうもろこし	パン さとう	マーガリン マヨネーズ ノンエッグマヨネーズ 油
24 (金)	ごはん	牛乳	ハムと野菜のマリネ ポークカレー アセロラゼリー	685 21.2 21.4	ハム ふた肉	牛乳 脱脂粉乳	パセリ にんじん トマト	きゅうり アセロラ キャベツ たまねぎ りんご	米 じゃがいも 小麦粉 さとう	油 豚脂
27 (月)	ごはん	牛乳	いわしの生姜煮 中華風サラダ 大根入りマーボー豆腐	639 27.7 21.2	いわし ふた肉 とうふ とり肉 みそ	牛乳	にんじん にら	しょうが ねぎ キャベツ だいこん きゅうり たけのこ もやし しいたけ グリンピース	米 さとう でん粉	ごま油 油
28 (火)	ミルク 食パン とちあい ジャム	牛乳	肉団子の甘酢あん② チーズと野菜のイタリアンサラダ ポトフ風スープ	644 27.4 21.8	とり肉 ハム ウイナー	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	トマト ブロッコリー にんじん	いちご はくさい たまねぎ セロリー カリフラワー キャベツ	パン さとう 水あめ パン粉 じゃがいも	油 ドレッシング
30 (木)	コッパ パン チョコ大豆	牛乳	プレーンオムレツ ファルファールのサラダ 野菜のシチュー	671 29.5 25.8	卵 ハム とり肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん アスパラガス	キャベツ マッシュルーム きゅうり たまねぎ はくさい	パン でん粉 さとう マカロニ じゃがいも 小麦粉	油 ノンエッグマヨネーズ チョコ大豆

★ 表示している栄養価は、中学年(3・4年生)の栄養価を表示しています。 ★ 都合により献立が変更になる場合があります。

★ 小学校中学年1人1回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー：650kcal、たんぱく質：21~33g、脂質14~22g

保護者の方へ



令和8年度の学校給食は、国の重点支援地方交付金を一部活用して提供いたしております。

