令和8年度

４月 月 間 献 立 表

小学校

日・曜	9日(木)			10日(金)			13日(月)			14日(火)			15日(水)			16日(木)			17日(金)			20日(月)			21日(火)			22日(水)		
献立名	焼き肉どんぶり のむヨーグルト(ブルーベリー) 赤だし 豆乳だいふく			米粉パン 牛乳 ミンチカツ ゆでキャベツ コーンクリームスープ			ごはん 牛乳 さばの照り煮 小松菜のごまあえ あすか汁 つけもの（きゅうり） プチゼリー（アセロラ）			規格コッペパン ココア牛乳 ナポリタン 野菜サラダ			ひじきごはん 牛乳 いわしフライ みそけんちん汁			カレーライス 牛乳 海藻サラダ お祝いゼリー（いちご）			コッペパン 牛乳 かぼちゃコロッケ キャベツのソテー 鶏ごぼうスープ			ごはん 牛乳 とびうお磯辺フライ ほうれん草のごまあえ ひじきと大豆の煮物			米粉パン 牛乳 フランクフルトのケチャップ炒め やきそば くだもの（パイン缶）			ごはん 牛乳 根菜つくねバーグ ツナといんげんのソテー 肉じゃが煮		
材料名および使用量（ｇ）	米（麦ごはん）	70	黄	＊ 米粉パン	1個	黄	米	70	黄	＊ 規格パン	1個	黄	あっという米	50	黄	米（麦ごはん）	70	黄	＊ 規格パン	1個	黄	米	70	黄	＊ 米粉パン	1個	黄	米	70	黄
	豚肉	45	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	アルファ化もち米	15	黄	豚肉	10	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤
	たまねぎ	50	緑	＊ (冷)ミンチカツ	1個	赤	＊ (冷)さばのおかか煮	1切	赤	ミルメーク(ココア)	1袋	黄	水	115		じゃがいも	50	黄	＊ (冷)かぼちゃコロッケ	1個	緑	チキンフランクカット	35	赤	(冷)根菜つくねバーグ	1個	赤
	にんじん	10	緑	油	3	黄	小松菜	30	緑	＊ スパゲティ(ハーフ)	30	黄	干しひじき	1	赤	たまねぎ	40	緑	油	4	黄	油	4	黄	油	0.3	黄	ツナ油漬	10	赤
	青ピーマン	5	緑	トンカツソース	1袋		ごま（すりごま）	1	黄	(冷)チキンウィンナー	20	赤	豚肉	8	赤	にんじん	20	緑	キャベツ	30	緑	ほうれん草	30	緑	トマトケチャップ	4	緑	(冷)さやいんげん	25	緑
	キャベツ	25	緑	キャベツ	30	緑	＊ しょうゆ(うすロ)	0.5		たまねぎ	20	緑	(冷)スイートコーン	10	緑	＊ 粉チーズ	2	赤	(冷)スイートコーン	5	緑	ごま（すりごま）	1	黄	＊ チキンコンソメ	0.1		塩	0	
	(冷)スイートコーン	8	緑	塩	0		鶏肉	15	赤	にんじん	10	緑	にんじん	10	緑	＊ スキムミルク	2	赤	油	0.2	黄	＊ しょうゆ(うすロ)	0.5		＊ (冷)ポークやきそば	60	黄	油	2	黄
	＊ 焼き肉のタレ	7		鶏肉(むね肉)	10		(冷)カット豆腐	20	赤	(冷)ほうれん草	8	緑	ごぼう(せん切り)	10	緑	＊ カレールウ(日糧)	6	黄	塩	0		豚肉	10	赤	豚肉	10	赤	豚肉	15	赤
	＊ しょうゆ(濃口)	1		たまねぎ	40	緑	はくさい	30	緑	トマトケチャップ	15	緑	油	0.5	黄	＊ カレールウ(ハウス)	6	黄	こしょう	0		千しひじき	2.5	赤	キャベツ	35	緑	じゃがいも	60	黄
	さとう	1	黄	にんじん	20	緑	にんじん	15	緑	ウスターソース	1		酒	2		ウスターソース	2		鶏肉	15	赤	大豆(国産) ゆで	15	赤	にんじん	10	緑	たまねぎ	40	緑
	油	1	黄	クリームコーン(缶)	30	緑	ねぎ	4	緑	スープストック	1.5		＊ しょうゆ(うすロ)	3		油	0.5	黄	(冷)カット豆腐	20	赤	こんにゃく(突き)	10	黄	青ピーマン	5	緑	にんじん	20	緑
	＊ ジョア(ブルーベリー)	1本	黄	(冷)ほうれん草	10	緑	えのきたけ	5	緑	油	1	黄	だしの素	1		＊ 牛乳	1本	赤	たまねぎ	25	緑	油あげ(薄あげ)	5	赤	油	0.5	黄	糸こんにゃく	20	黄
	(冷)カット豆腐	20	赤	＊ 牛乳	30	赤	みそ	7	赤	塩	0		＊ 牛乳	1本	赤	(冷)かまぼこ(細切り)	10	赤	ごぼう(ささがき)	10	緑	にんじん	15	緑	こしょう	0		さとう	3	黄
	(冷)かまぼこ(細切り)	3	赤	＊ クリームシチューの素	8	黄	豆乳(調整)	15	赤	こしょう	0		＊ (冷)いわしフライ	1個	赤	海藻ミックス(乾燥)	0.5	赤	にんじん	10	緑	ごぼう(ささがき)	10	緑	パイナップル(缶)	1個	緑	＊ しょうゆ(濃口)	3	
	ねぎ	3	緑	油	0.5	黄	だしパック	2		キャベツ	30	緑	油	3	黄	キャベツ	25	緑	チンゲン菜	5	緑	だしの素	0.3					みりん(本みりん)	0.5	
	油あげ(薄あげ)	5	赤	こしょう	0		＊ きゅうり漬	13	緑	にんじん	5	緑	(冷)カット豆腐	20	赤	にんじん	5	緑	きくらげ・乾	0.5	緑	さとう	2	黄				だしの素	0.5	
	はくさい	20	緑				プチゼリー(アセロラ)	1個	黄	(冷)ブロッコリー	20	緑	鶏肉	10	赤	(冷)ブロッコリー	15	緑	油	0.5	黄	みりん(本みりん)	0.5					油	0.5	黄
	(冷)ほうれん草	10	緑							(冷)スイートコーン	5	緑	油あげ(薄あげ)	5	赤	ドレッシング白	8	黄	＊ しょうゆ(うすロ)	3		＊ しょうゆ(濃口)	3							
	赤みそ	4	赤							ドレッシング（イタリアン）	1個	黄	じゃがいも	20	黄	(冷)お祝いゼリー（いちご）	1個	黄	＊ 中華スープの素	0.5		油	0.5	黄						
	みそ	4	赤										だいこん	20	緑				こしょう	0										
	だしパック	2											にんじん	15	緑				塩	0										
	(冷) 豆乳だいふく	1個											こんにゃく(突き)	10	黄															
													ねぎ	4	緑															
													だしパック	2																
													みそ	7	赤															
	Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質			Ｅネルギー/たんぱく質/脂質		
	651kcal	27.3g	18.1g	665kcal	26.3g	24.9g	658kcal	26.4g	25.2g	683kcal	24.5g	19.7g	644kcal	27.4g	22.0g	630kcal	23.2g	20.3g	601kcal	23.0g	20.6g	606kcal	24.4g	20.0g	655kcal	25.2g	24.8g	650kcal	23.7g	18.2g

赤：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの　　黄：黄色の食品・・・熱や力になるもの　　緑：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

※ 都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。　　※ ＊：アレルギー(卵,乳,小麦を含む食材)

令和8年度　　4月月間献立表　　小学校

日・曜	23日(木)			24日(金)			27日(月)			28日(火)			30日(木)		
献立名	たけのこごはん 牛乳 白身魚フライ にゅうめん			バターパン 牛乳 チキンカツ 肉団子と野菜のスープ 味付小魚			ごはん 牛乳 和風ハンバーグ 高野豆腐と野菜の旨煮 ヨーグルト			味付パン 牛乳 鶏の照焼き 粉ふき芋 野菜スープ			ごはん 牛乳 揚げギョーザ マーボー豆腐		
材料名および使用量（g）	あっという米	50	黄	＊ バターパン	1個	黄	米	70	黄	＊ 味付パン	1個	黄	米	70	黄
	アルファ化もち米	15	黄	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤	＊ 牛乳	1本	赤
	水	115		＊ (冷)チキンカツ	1個	赤	(冷)ハンバーグ	1個	赤	＊ (冷)鶏照焼き	1個	赤	＊ (冷)ギョーザ	3個	赤
	鶏肉	10	赤	油	3	黄	たまねぎ	25	緑	じゃがいも	60	黄	油	3	黄
	たけのこ水煮	23	緑	トマトケチャップ	4	緑	＊ しょうゆ(濃口)	4		塩	0		(冷)カット豆腐	75	赤
	にんじん	10	緑	ソース（中濃）	4		酒	4		こしょう	0		豚ひき肉	15	赤
	酒	1		さとう	1.5	黄	みりん(本みりん)	4		豚肉	10	赤	にんにく	0.3	緑
	だしの素	1		(冷)ミートボール	20	赤	レモン果汁	2	緑	キャベツ	20	緑	ごま油	0.5	黄
	＊ しょうゆ(うすロ)	3		キャベツ	20	緑	さとう	0.5	黄	たまねぎ	20	緑	たまねぎ	20	緑
	油	0.5	黄	たまねぎ	15	緑	水	5		カットわかめ	0.5	赤	にんじん	10	緑
	＊ 牛乳	1本	赤	にんじん	10	緑	ごまつな	30	緑	(冷)カット豆腐	20	赤	たけのこ水煮	15	緑
	＊ (冷)白身魚フライ	1個	赤	(冷)ほうれん草	15	緑	高野豆腐 角切	7	赤	にんじん	10	緑	干ししいたけ	1	緑
	タルタルソース(卵不使用)	8	緑	しめじ	10	緑	たまねぎ	20	緑	えのきたけ	5	緑	ねぎ	3	緑
	油	3	黄	＊ 中華スープの素	1		にんじん	15	緑	＊ チキンコンソメ	1.8		トウバンジャン	0.5	
	豚肉	10	赤	＊ しょうゆ(うすロ)	1		しめじ	10	緑	＊ しょうゆ(うすロ)	0.2		＊ しょうゆ(濃口)	1	
	＊ そうめん(乾)	10	黄	でんぷん	2	黄	(冷)ちくわ	10	赤				＊ 中華スープの素	0.8	
	油あげ(薄あげ)	5	赤	水	0		だしの素	1					赤みそ	3	赤
	たまねぎ	10	緑	味付小魚	1個	赤	さとう	2	黄				さとう	1	黄
	にんじん	5	緑				＊ しょうゆ(うすロ)	2					でんぷん	2	黄
	(冷)ほうれん草	10	緑				＊ ヨーグルト	1個	赤						
	だしパック	2													
	＊ しょうゆ(うすロ)	2.5													
	塩	0.01													
	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質			ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質			ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質			ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質			ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質		
	646kcal 26.5g 21.6g			663kcal 29.1g 22.9g			689kcal 26.9g 21.8g			638kcal 29.0g 16.6g			652kcal 23.8g 24.3g		

赤：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの　　黄：黄色の食品・・・熱や力になるもの　　緑：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

※ 都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。　　※ ＊：アレルギー(卵,乳,小麦を含む食材)

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も引き続き、みなさんが安心して給食を食べられるように、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食づくりにつとめていきます。

1年間よろしくお願いいたします。

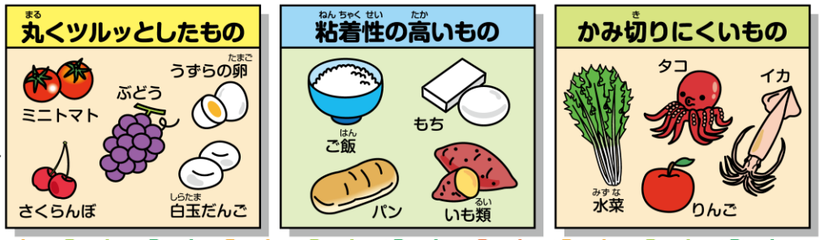
安全においしく給食を食べるための約束

給食を配る時や食べる時に一人一人が気を付けないと、事故につながることがあります。楽しい給食時間を過ごせるように、右記のことに気をつけましょう。

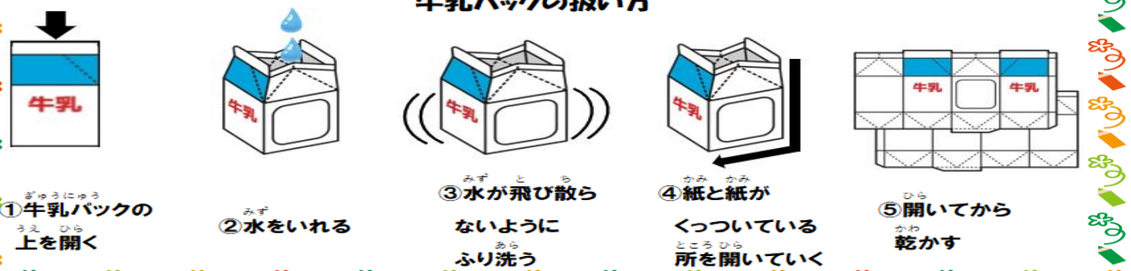
給食の前に気をつけること

食べるときに気をつけること

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょう。



牛乳パックの扱い方



パンの持ち帰りについて

4月から給食で提供している一部のパンについては、持ち帰ることができます。給食時間に食べきれなかったパンについて、持ち帰った場合は、その日中に食べてください。

○持ち帰ることができるパン … コッペパン、味付パン、バターパン、米粉パン

※ 学校の給食室で調理する『揚げパン』や解凍提供している『ナン』や『ピタパン』などについては、持ち帰ることはできません。

一人一食当たりの平均給与栄養量

エネルギー	649 kcal
たんぱくしつ	25.8 g
ししつ	21.4 g
カルシウム	347 mg
てつ	2.9 mg
ビタミンA	300 μg
ビタミンB1	0.47 mg
ビタミンB2	0.53 mg
ビタミンC	24 mg