

令和8年4月 学校給食予定献立表

日	よ う 日	こんだてめい		しょくひんめい				E値 kcal
				赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる		
9	木	ごはん	牛乳 肉じゃが ひじきサラダ	牛乳 ぶた肉 ひじき ほぐしささみ	たまねぎ にんじん こんにやく さやいんげん ごぼう きゅうり	米 じゃがいも 油 さとう ノンエッグマヨネーズ	677	
10	金	ごはん	ハンバーグケチャップソース ブロッコリーとコーンのサラダ レタスのコンソメスープ お祝いクレープ (中のみ)	牛乳 ハンバーグ とり肉	ブロッコリー コーン たまねぎ にんじん レタス こまつな	米 さとう じゃがいも コールスロートレッシング お祝いクレープ (中のみ)	607	
13	月	ごはん	野菜炒め 揚げぎょうざ	牛乳 ぶた肉 いか ぎょうざ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ ピーマン	米 油 さとう	612	
14	火	ごはん	とり肉と厚揚げのみそ煮 キャベツとわかめの酢の物	牛乳 とり肉 ちくわ 厚揚げ みそ わかめ ちりめん	こんにやく にんじん えだまめ しょうが キャベツ ほうれんそう	米 油 さとう	603	
15	水	ごはん	ひき肉と野菜のチャプチェ 中華サラダ	牛乳 ぶた肉 ほぐしささみ わかめ	にんじん たまねぎ こまつな たら にんにく しょうが だいこん キャベツ	米 マロニー 油 さとう ごま油 塩中華ドレッシング	610	
16	木	麦ごはん	カレーライス アスパラガス入りサラダ お祝いクレープ (幼小のみ)	牛乳 とり肉	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース すりおろしりんご アスパラガス キャベツ きゅうり コーン	米 おおむぎ 油 じゃがいも カレールウ 青じそドレッシング お祝いクレープ (幼小のみ)	682	
17	金	ごはん	揚げさわらのゆず風味 きゅうりのかおりづけ 若竹汁	牛乳 さわら 豆腐 わかめ かまぼこ	ゆず酢 きゅうり たけのこ たまねぎ ねぎ	米 でんぶん 油 さとう ごま油	629	
20	月	ごはん	切り干しそばろ井 みそ汁	牛乳 とり肉 ぶた肉 豆腐 油揚げ みそ	切り干しだいこん たまねぎ にんじん えだまめ しょうが こまつな	米 ごま油 さとう ごま じゃがいも	623	
21	火	少なめ ゆかり ごはん	わかめ肉うどん だいこんとツナのあえもの	牛乳 ぶた肉 わかめ ツナ	赤しそ たまねぎ 干しいたけ にんじん ねぎ だいこん ほうれんそう コーン にんにく	米 うどん さとう 油	591	
22	水	ごはん	焼きさばのみそかけ 塩昆布あえ 大豆入りきんぴらごぼう	牛乳 さば みそ 塩昆布 ぶた肉 さつま揚げ 大豆	しょうが はくさい こんにやく ごぼう にんじん さやいんげん	米 さとう 油 ごま油 ごま	684	
23	木	ごはん	から揚げとじゃがいもの甘辛 春雨スープ	牛乳 とり肉 ぶた肉	しょうが たら にんじん たまねぎ しめじ チンゲンサイ	米 でんぶん じゃがいも 油 さとう マロニー	617	
24	金	麦ごはん	ハヤシライス フルーツゼリーミックス	牛乳 ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん パイナップル もも みかん	米 おおむぎ 油 じゃがいも ハヤシルウ デミグラスソース あわせるゼリー さとう	616	
27	月	ごはん	アジフライ パックソース ポイルキャベツ たまねぎのみそ汁	牛乳 アジフライ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	キャベツ たまねぎ にんじん ごぼう こんにやく	米 油	613	
28	火	ごはん	親子丼 すだち酢あえ	牛乳 とり肉 かまぼこ たまご ちりめん	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ ほうれんそう すだち酢	米 さとう 油	598	
30	木	ごはん	マーボー豆腐 切り干しだいこんのナムル	牛乳 豆腐 ぶた肉 粒状大豆たん白 みそ ツナ	ねぎ 干しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ グリンピース にんにく しょうが 切り干しだいこん こまつな	米 油 さとう でんぶん 韓国ナムルドレッシング	643	

◎悪天候などにより、材料や献立が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。 (小学校 中学年基準)

石井町産の野菜

4月の石井町産の野菜は、たまねぎ、キャベツです。