



徳島市小学校給食予定献立表
令和8年 4月分

徳島市教育委員会

日 曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)			栄養価 (小学校・中学生)	
		赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの	エネ ル ギー (kcal)	たんぱ く 質 (g)
10 金	(ご は ん) 牛乳 カレーライス ヨーグルトあえ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ヨーグルト	たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも カレールウ 油	628	17.7
13 月	ご は ん 牛乳 キャベツのミンチカツ ゆかりづけ ひじきのいため煮	牛乳 キャベツミンチカツ とり肉 ひじき がんとどき 大豆	はくさい ゆかり こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう	673	21.3
14 火	ご は ん 牛乳 マーボー豆腐 海藻サラダ 青じそドレッシング	牛乳 豚肉 とうふ 赤みそ わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ えだまめ ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう ごま油 でんぶ ラー油	622	24.7
15 水	ご は ん 牛乳 洋風煮 トマトオムレツ	牛乳 とり肉 ウインナー トマトオムレツ	にんじん たまねぎ キャベツ グリーンピース	精白米 強化米 じゃがいも さとう	598	21.1
16 木	(麦 ご は ん) 牛乳 中華丼 肉だんごの照り煮	牛乳 豚肉 えび いか 肉だんごの照り煮	しょうが にんじん たまねぎ はくさい ヤングコーン えだまめ にんにく	精白米 強化米 押麦 油 ごま油 でんぶ	613	23.4
17 金	ご は ん 牛乳 さわらのごまみそかけ 若竹汁	牛乳 さわら 赤みそ とり肉 かまぼこ とうふ わかめ	たけのこ たまねぎ にんじん	精白米 強化米 でんぶ 油 さとう 白ごま	654	25.6
20 月	ご は ん 牛乳 いわしのしょうが煮 塩昆布あえ 豚汁	牛乳 いわしのしょうが煮 塩昆布 豚肉 油揚げ 赤みそ 白み そ	はくさい にんじん ごぼう 大根 ねぎ	精白米 強化米 さつまいも	609	21.0
21 火	ご は ん ふりかけ 牛乳 野菜いため 揚げぎょうざ	牛乳 豚肉 いか ぎょうざ	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン	精白米 強化米 油 ごま油	628	19.2
22 水	ご は ん 牛乳 じゃがいもと 厚揚げのそぼろ煮 ごまあえ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ	しょうが にんじん たまねぎ グリーンピース はくさい	精白米 強化米 じゃがい も さとう 油 白ごま	627	20.4
23 木	(麦 ご は ん) 牛乳 親子丼 きゅうりとわかめの酢の物 ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 押麦 さとう カシューナッツ アーモンド ピーナッツ	635	25.0
24 金	パン 牛乳 スパゲティミートソース えだまめサラダ ゆずドレッシング	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん グリーンピース トマトピューレ にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし	パン スパゲティ 油	616	23.2
27 月	ご は ん 牛乳 あじのフライ とり肉とキャベツの カレー	牛乳 あじのフライ とり肉	キャベツ にんじん たまねぎ ヤングコーン さやいんげん にんにく	精白米 強化米 油 カレールウ	681	21.1
28 火	ご は ん 牛乳 ポークビーンズ 野菜サラダ マヨネーズ	牛乳 大豆 豚肉 ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ キャベツ きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 バター さとう マヨネーズ	626	19.5
30 木	麦 ご は ん 牛乳 とり肉のかおりあげ みそ汁	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	ゆかり かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 押麦 でんぶ 油	662	23.8

栄養価は、小学校・中学生を基準に、成長段階に応じて分量を設定しています。

☐は、食育の日の献立です。食育の日の献立は、旬の食材や徳島県産の食材を使用した献立を取り入れています。今月は、春が旬のさわらを使った「さわらのごまみそかけ」と生たけのこを使った「若竹汁」です。この時期にしか味わうことができない春の味覚を味わってください。

～徳島市教育委員会からのお知らせ～

徳島市教育委員会Webサイトに学校給食献立の写真を掲載しています。
ぜひご覧ください。
<徳島市ホームページトップページ→子育て・教育→学校教育→学校

