



徳島市中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)						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
9 木	入学式のため、給食はありません。									
10 金	給食はありません。									
13 月	ごはん 牛乳	さばのみそ煮 はくさいの付け合わせ ボン酢しょうゆ 若竹汁 ミックスナッツ	さばのみそ煮 とり肉 かまぼこ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん	はくさい たけのこ たまねぎ	精白米 強化米	ピーナッツ カシューナッツ アーモンド	777	28.2
14 火	ごはん 牛乳	大豆ごぼうミンチカツ ウスターソース 切り干し大根のツナあえ ヨーグルトレーズン	大豆ごぼうミンチカツ ツナフレーク	牛乳	にんじん 小松菜	切り干し大根 キャベツ ヨーグルトレーズン	精白米 強化米 さとう	油 白ごま	799	23.0
15 水	ごはん 牛乳	すきやき 信田煮	豚肉 焼き豆腐 信田煮	牛乳	にんじん	こんにゃく たまねぎ はくさい 長ねぎ	精白米 強化米 もち麦 さとう	油	809	28.5
16 木	麦ごはん お魚 牛乳	ポークビーンズ 野菜サラダ ごまドレッシング	大豆 豚肉	牛乳	にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも さとう	油 バター 生クリーム ごまドレッシング	768	22.8
17 金	ごはん 牛乳	とり肉のすだち風味 徳島たっぷりみそ汁	とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん ねぎ	すだち酢 生しいたけ たまねぎ	精白米 強化米 でんぶん さとう さつまいも	油	875	30.2
20 月	ごはん 牛乳	いわしの梅煮 菜っ葉あえ ひじきのいため煮	いわしの梅煮 とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	三種菜めしの 素 にんじん さやいんげん	大根 こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油	752	27.4
21 火	ごはん 牛乳	ちくわのいそべ揚げ 豚汁	ちくわ 卵 豚肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 青のり粉	にんじん ねぎ	ごぼう こんにゃく 大根	精白米 強化米 でんぶん 小麦粉	油	805	28.9
22 水	ごはん 牛乳	じゃがいものそぼろ煮 ごまあえ ヨーグルト	豚肉 ちくわ	牛乳 ヨーグルト	にんじん	しょうが 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	760	24.9
23 木	(麦ごはん) 牛乳	キムチ丼 肉入り春巻き	豚肉 肉入り春巻き	牛乳	にんじん にら	キムチ しょうが もやし はくさい たまねぎ にんにく	精白米 強化米 押麦 さとう	油 ごま油 白ごま	801	20.5
24 金	パン いちごジャム 牛乳	焼きそば ポテトオムレツ	豚肉 いか さつまあげ 花かつお ポテトオムレツ	牛乳 青のり粉	にんじん	たまねぎ キャベツ	パン いちごジャム 中華そば	油	860	31.4
27 月	ごはん 牛乳	鮭の野菜カツ 塩昆布あえ 大豆入りきんぴらごぼう ミニチーズ	鮭の野菜カツ 豚肉 大豆 ちくわ	牛乳 塩昆布 チーズ	にんじん	キャベツ ごぼう こんにゃく グリンピース	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油	876	28.3
28 火	ごはん 牛乳	マーボー厚揚げ 海藻サラダ オニオンドレッシング	厚揚げ 豚肉 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ えだまめ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぶん	油 ラー油 オニオンドレッシング	792	25.2
30 木	麦ごはん 牛乳	煮込みハンバーグ ゆかりづけ 野菜スープ ミニフィッシュ	ハンバーグ とり肉	牛乳 わかめ 小魚	ゆかり にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 さとう		779	29.1

は、食育の日の献立です。食育の日には徳島県でとれたものを多く使用しています。今月は牛乳、とり肉、すだち酢、さつまいも、ねぎ、生しいたけが徳島県産の予定です。徳島の恵みに感謝しておいしくいただきます。

～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→学校給食>

