



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 | (ごはん) 牛乳 カレーライス 杏仁豆腐 | 豚肉 | 脱脂粉乳 牛乳 | にんじん | たまねぎ グリンピース にんにく みかん 黄桃 パイン | 精白米 強化米 じゃがいも 杏仁豆腐 | カレールウ 油 | 768 | 20.1 |
| 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 ふりかけ (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>

