

令和8年4月分献立表

目標 **給食の準備をきちんとしよう**

吉見町学校給食センター

日	曜	スプライン	こんだてめい 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質 (8大アレルゲン)			食品のしゅるい			えいようりょう	
				小麦、卵、乳、えび、かに そば、落花生、クルミ ○付はコンタミネーション	血や肉になるもの (赤色)	体の調子を ととのえるもの (緑色)	かや体温となるもの (黄色)	小 中	小 中	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
13	月	スプーン	くろパン 牛乳 ミネストローネ フィレオチキン キャベツとツナのソテー ウエハース	小麦 (卵) (乳) 乳 小麦 小麦 (卵) (乳)	牛乳 ぶたにく ベーコン ツナフレーク フィレオチキン	にんにく たまねぎ にんじん セロリ トマト ブロccoli キャベツ とうもろこし	くろパン オリーブゆ マカロニ あぶら ウエハース	641 805	27.5 33.6		
14	火	スプーン	ロールパンコップがた 牛乳 クリームシチュー オムレツケチャップソース カラフルサラダ (たまねぎドレッシング)	小麦 (卵) (乳) 乳 小麦 乳 卵 (小麦) (乳) (小麦)	牛乳 とりにく なまクリーム オムレツ	にんじん たまねぎ ブロccoli とうもろこし キャベツ きゅうり	ロールパン バター じゃがいも ホワइटルウ あぶら さとう たまねぎドレッシング	646 825	20.6 24.9		
15	水	スプーン	こどもパンスライス ☆コーヒーミルク ミートボールスープ ポテトコロッケ ほうれんそうのソテー	小麦 (卵) (乳) (学) 小麦 (卵) (乳) (えび) (かに) 小麦 乳 小麦 乳	コーヒーミルク ミートボール	たまねぎ にんじん はくさい とうもろこし もやし ほうれんそう	こどもパン でんぶん ポテトコロッケ あぶら バター	636 777	20.2 24.1		
16	木	スプーン	ごはん 牛乳 とうふのちゅうかに ポークシューマイ ナムル	(小麦) 乳 小麦 小麦 (卵) (乳) (えび) (かに) 小麦	牛乳 ぶたにく とうふ シューマイのぐ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ たけのこ えだまめ もやし ほうれんそう	ごはん ごまあぶら さとう でんぶん シューマイのかわ ごま	671 826	24.5 30.3		
17	金	スプーン	むぎごはん 牛乳 カレー チキンナゲット こんにやくサラダ (わふうドレッシング)	(小麦) 乳 小麦 乳 (卵) (かに) 小麦	牛乳 ぶたにく とりレバー こなチーズ チキンナゲット	にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ こんにやく きゅうり	むぎごはん あぶら じゃがいも カレールウ わふうドレッシング	736 919	22.0 27.2		
20	月	スプーン	ごはん 牛乳 だいこんのみそしる ちくさたまごやき そぼろごはんのぐ	(小麦) 乳 小麦 卵 (乳) (えび) (かに) 小麦	牛乳 あぶらあげ とうふ みそ ちくさたまご とりにく こおりとうふ	にんじん だいこん こまつな ねぎ しょうが ごぼう えだまめ	ごはん あぶら さとう でんぶん	655 795	26.7 32.0		
21	火	箸	ごはん 牛乳 わかたけじる ぶたにくのしょうがやき ごまあえ いちごゼリー	(小麦) 乳 小麦 小麦 小麦 (学)	牛乳 ぶたにく とうふ わかめ	にんじん たけのこ しょうが セロリ たまねぎ もやし キャベツ いちご	ごはん あぶら さとう ごま ゼリー	642 766	23.7 28.6		
22	水	箸	ごはん 牛乳 にくじゃが さばのピリからやき やさしいため	(小麦) 乳 小麦 小麦 (卵) (乳) (えび)	牛乳 ぶたにく さば ウインナー	にんじん たまねぎ しらたき えだまめ もやし キャベツ ほうれんそう	ごはん あぶら じゃがいも さとう	718 839	25.5 29.1		
23	木	箸	じごなうどん 牛乳 おはなみうどんじる ちくわのいそべあげ みしょうかん	小麦 (卵) (そば) 乳 小麦 (えび) (かに) 小麦 (卵) (乳) (えび) (かに)	牛乳 とりにく こんぶ あぶらあげ やきちくわ あおのり	ほしいたけ にんじん ねぎ ほうれんそう みしょうかん	じごなうどん やきふ こむぎこ あぶら	626 797	24.0 30.7		
24	金	箸	ごはん 牛乳 ちゅうかスープ はるまき いとこんチャブチェ	(小麦) 乳 小麦 小麦 乳 えび 小麦	牛乳 とうふ はるまきのぐ ぶたにく	にんじん たまねぎ ほしいたけ とうもろこし チンゲンサイ にんにく キャベツ こんにやく ピーマン	ごはん あぶら はるまきのかわ ごまあぶら さとう	622 763	18.9 22.5		
27	月	箸	ごはん 牛乳 やさしいスープ てりやきハンバーグ れんこんのきんぴら	(小麦) 乳 小麦 小麦 (卵) (乳) (えび) (かに)	牛乳 ベーコン ハンバーグ さつまあげ	にんじん たまねぎ キャベツ ぶなしめじ ほうれんそう れんこん こんにやく えだまめ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	666 811	22.6 27.2		
28	火	箸	ごはん 牛乳 とんじる アジフライ もやしのおかかあえ	(小麦) 乳 小麦 (卵) (乳) (えび) (かに) 小麦	牛乳 ぶたにく とうふ みそ アジ かつおぶし	ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ もやし キャベツ こまつな	ごはん あぶら じゃがいも パンこ	642 775	24.0 28.3		
30	木	箸	ちゅうかめん 牛乳 しょうゆラーメン たこやき ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 (卵) (そば) 乳 小麦 (卵) (かに) 小麦 卵 乳 えび (かに)	牛乳 ぶたにく なると たこ	にんにく しょうが にんじん もやし とうもろこし ほうれんそう ねぎ ごぼう キャベツ きゅうり	ちゅうかめん ごまあぶら たこやきのかわ あぶら ごまドレッシング	652 810	21.9 26.2		
材料入荷の都合により献立を変更することがあります。				太字は吉見産の食材を使用しています。				実施回数	小 13回 中 13回		

()の中は、つけるもの、または、かけるものです。
★印のついているものは給食センターで容器を回収します。

毎月の献立表をご確認ください

毎月配付している献立表には、献立名や使用している食材などが書かれています。食べたことがない食材があった時は、ぜひご家庭で一度食べてみてください。



学校給食は、栄養バランスのとれた食事で成長期にあるみなさんの健やかな成長を支え、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につける教材としての役割があります。ぜひご家庭でも、給食の話題に触れてみてください。