















令和8年度

4月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
小鹿野中学校

日 曜	献立名			ち にく ほね は 血や肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	ねつ ちから 熱や力のもとに なる食品	I値 - kcal	たんぱくしつ g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
9 木	わかめご飯		すまし汁 豆腐ハンバーグ・オニオンソース ツナポテトサラダ	牛乳 鶏肉 なた 豆腐 ツナ わかめ	にんじん 大根 みつば 玉ねぎ ヨカ きゅうり コーン	米 さとう じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	710	29.5
10 金	地粉うどん		さぬきうどん汁 天ぷら(かまぼこ さつま芋) 和風サラダ	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ わかめ ささみ カツオブシ	にんじん 長ねぎ 杮揚げ もやし 小松菜 キャベツ	地粉うどん 油 小麦粉 さつま芋 和風ドレッシング さとう	601 729	25.3 30.5
13 月	麦ごはん		チキンポークカレー かみかみあえ ヨーグルト	牛乳 鶏肉 豚肉 いか ヨーグルト	にんじん 玉ねぎ ニンニク 大根 きゅうり	米 大麦 小麦粉 じゃが芋 油 さとう ごま油 ごま	653 794	26.2 30.9
14 火	ごはん		小松菜のみそ汁 鶏肉の唐揚げ 切り干し大根の炒め煮	牛乳 油揚げ 豆腐 みそ 鶏肉 豚肉 さつま揚げ	にんじん 小松菜 長ねぎ ヨカ 切り干し大根 こんにゃく いんげん	米 片栗粉 油 さとう	634 768	27.9 33.2
15 水	こどもパンスライス (コップ型)		豆乳クラムチャウダー チリドック コールスローサラダ	牛乳 バーコン あさり ウィンナー 豚肉 大豆	にんじん 玉ねぎ パセリ トマト キャベツ きゅうり コーン	パン じゃが芋 油 片栗粉 オリーブ油 米粉 さとう ノンエッグマヨネーズコンドレッシング	635 809	22.9 28.3
16 木	五目ご飯		あじフィレフライ いりたまご和え あまなつみかんゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ あじ たまご ハム	にんじん ごぼう こんにゃく 小松菜 キャベツ あまなつみかん	米 さとう 油 小麦粉 パン粉 ごま油	602 724	25.5 30.4
17 金	振替休業日のため給食なし							
20 月	ごはん		すき焼き風に にんじん焼売(2こ) のりカツオ和え	牛乳 豚肉 豆腐 魚すりみ のり カツオブシ	にんじん 玉ねぎ 白滝 長ねぎ ヨカ キャベツ もやし ほうれん草 白菜	米 さとう 油 小麦粉	604 724	26.4 31.3
21 火	キムタクご飯		チキンナゲット(3こ) 春雨サラダ フルーツゼリーボンチ	牛乳 豚肉 ハム 鶏肉	にんじん 白菜キムチ たくあん 玉ねぎ キャベツ いちごぶどうレモンみかん	米 さとう 油 ごま油 小麦粉 パン粉 春雨 ごま サイダー	609 758	21.7 26.9
22 水	ロールパン		ABCマカロニのスープ チキンチーズ焼き グリーンサラダ	牛乳 バーコン 鶏肉 チーズ	にんじん 玉ねぎ セロリー コーン パセリ レタス キャベツ きゅうり パプリカ	パン マカロニ じゃが芋 油 オリーブ油 パン粉 イタリアンドレッシング	603 762	27.1 32.7
23 木	ごはん		たまごスープ 鯖のみそ煮 そぼろきんぴら	牛乳 鶏肉 たまご さば みそ 豚肉 さつま揚げ	にんじん キャベツ 玉ねぎ チンゲンサイ ピーマン れんこん こんにゃく	米 さとう 油 ごま油 米粉	607 742	26.6 32.1
24 金	ちゅうかめん		みそラーメン汁 かぼちゃコロッケ ほうれん草ソテー	牛乳 豚肉 みそ ベーコン	にんじん もやし 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ ニンニク かぼちゃ ほうれん草 コーン	中華めん 油 ごま油 小麦粉 パン粉 じゃが芋 マーガリン さとう	631 797	23.9 29.5
27 月	ごはん		なめことえのきのみそ汁 豚肉のしょうが炒め おかかマヨネーズ和え	牛乳 豆腐 油揚げ みそ 豚肉 ツナ かつおぶし	にんじん なめこ えのき 玉ねぎ ヨカ ブロッコリー キャベツ コーン	米 さとう 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	605 747	28.1 34.3
28 火	ごはん		カレー麻婆豆腐 ポテトロール ナムルサラダ	牛乳 鶏肉 豆腐 みそ バーコン わかめ	にんじん 玉ねぎ ピーマン ニンニク コーン もやし 小松菜	米 さとう 片栗粉 油 じゃが芋 小麦粉 パン粉 ごま油 ごま	625 755	24.1 28.9
30 木	竹の子ご飯		鯖のレモンソースがけ 菜の花いりごまあえ かしわもち	牛乳 鶏肉 油揚げ さわら みそ あずき	にんじん 竹の子 えだまめ レモン 菜の花 きゃべつ	米 さとう 油 かたくりこ かしわもち すりごま ねりごま	656 773	25.0 29.5

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

