

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  
小鹿野小学校

日 曜	献立名			ちや <sup>ち</sup> 肉 <sup>にく</sup> 、ほや <sup>ほ</sup> 歯 <sup>は</sup> に	からだの調子を	熱 <sup>あつ</sup> や力 <sup>ちから</sup> のもとに	エネルギー kcal	たんぱく質 <sup>たんぱくしつ</sup> g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜	なる食品	ととのえる食品	なる食品		
10 金	じごなうどん		さぬきうどんじる	牛乳 とりにく あぶらあげ	にんじん ながねぎ	じごなうどん あぶら	601	25.3
			てんぷら(かまぼこ さつまいも)	かまぼこ わかめ	杮 <sup>か</sup> ツ <sup>つ</sup> 伊 <sup>い</sup> 炸 <sup>さ</sup>	こむぎこ さつまいも		
13 月	むぎごはん		わふうサラダ	ささみ カツオブシ	もやし こまつな キャベツ	わふうドレッシング さとう	729	30.5
			チキンポークカレー	牛乳 とりにく ぶたにく	にんじん たまねぎ	米 おおむぎ こむぎこ	653	26.2
14 火	ごはん		かみかみあえ	いか	ココ <sup>こ</sup> ウ <sup>う</sup> カ <sup>か</sup>	じゃがいも あぶら	794	30.9
			ヨーグルト	ヨーグルト	だいこん きゅうり	さとう ごまあぶら ごま		
15 水	こどもパンスライス (コッペがた)		こまつなみそしる	牛乳 あぶらあげ とうふ	にんじん こまつな ながねぎ	米	634	27.9
			とりにくのからあげ	みそ とりにく	ウ <sup>う</sup> カ <sup>か</sup> きりほしだいこん	かたくりこ あぶら		
16 木	ごもくごはん		きりほしだいこんのために	ぶたにく さつまあげ	こんにゃく いんげん	さとう	768	33.2
			とうにゅうクラムチャウダー	牛乳 ベーコン あさり	にんじん たまねぎ パセリ	パン じゃがいも あぶら かたくりこ	635	22.9
17 金	わかめごはん		チリドック	ウィンナー ぶたにく	トマト キャベツ	オリーブあぶら こめこ さとう	809	28.3
			コールスローサラダ	だいす	きゅうり コーン	ノンエッグマヨネーズ		
20 月	ごはん		あじフィレフライ	牛乳 とりにく あぶらあげ	にんじん ごぼう こんにゃく	米 さとう あぶら	602	25.5
			いりたまごあえ	あじ	こまつな キャベツ	こむぎこ パンこ		
21 火	キムタクごはん		あまなつみかんゼリー	たまご ハム	あまなつみかん	ごまあぶら	724	30.4
			すましじる	牛乳 とりにく なると	にんじん だいこん みつば	米	585	24.8
22 水	ロールパン		とうふハンバーグ・オニオンソース	とうふ	たまねぎ ヨ <sup>よ</sup> カ <sup>か</sup>	さとう	---	---
			ツナポテトサラダ	ツナ わかめ	きゅうり コーン	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ		
23 木	ごはん		すきやきふうに	牛乳 ぶたにく とうふ	にんじん たまねぎ しらたき	米 さとう あぶら	604	26.4
			にんじんしゅうまい(2こ)	さかなすりみ	ながねぎ ヨ <sup>よ</sup> カ <sup>か</sup> キャベツ	こむぎこ		
24 金	ちゅうかめん		のりかつおあえ	のり カツオブシ	もやし ほうれんそう はくさい	724	31.3	
			チキンナゲット(2こ)	牛乳 ぶたにく	にんじん はくさいキムチ	米 さとう あぶら ごまあぶら	609	21.7
27 月	ごはん		はるさめサラダ	ハム	たくあん たまねぎ キャベツ	こむぎこ パンこ	758	26.9
			フルーツゼリーポンチ	とりにく	いちごぶどうレモンみかん	はるさめ ごま サイダー		
28 火	ごはん		ABCマカロニのスープ	牛乳 ベーコン	にんじん たまねぎ セロリー	パン マカロニ じゃがいも	603	27.1
			チキンチーズやき	とりにく チーズ	コーン パセリ レタス	あぶら オリーブあぶら パンこ		
29 水	ごはん		グリーンサラダ	キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング	762	32.7	
			たまごスープ	牛乳 とりにく たまご	にんじん キャベツ たまねぎ	米 さとう	607	26.6
30 木	たけのこごはん		さばのみそに	さば みそ	チンゲンサイ ピーマン	あぶら ごまあぶら	742	32.1
			そぼろきんぴら	ぶたにく さつまあげ	れんこん こんにゃく	こめこ		
1 金	ちゅうかめん		みそラーメンじる	牛乳 ぶたにく みそ	にんじん もやし 玉ねぎ	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら	631	23.9
			かぼちゃコロッケ	ベーコン	キャベツ ながねぎ コ <sup>こ</sup> ウ <sup>う</sup> カ <sup>か</sup>	こむぎこ パンこ じゃがいも		
2 月	ごはん		ほうれんそうのソテー	とうふ	かぼちゃ ほうれんそう コーン	マーガリン さとう	797	29.5
			なめことえのきのみそしる	牛乳 とうふ あぶらあげ	にんじん なめこ えのき	米 さとう	605	28.1
3 火	ごはん		ぶたにくのしょうがいため	みそ ぶたにく	たまねぎ ヨ <sup>よ</sup> カ <sup>か</sup> フロccoli <sup>り</sup>	あぶら かたくりこ	747	34.3
			おかかマヨネーズあえ	ツナ かつおぶし	キャベツ コーン	ノンエッグマヨネーズ		
4 水	ごはん		カレーマーマーどうふ	牛乳 とりにく とうふ	にんじん たまねぎ ピーマン	米 さとう かたくりこ あぶら	625	24.1
			ポテトロール	みそ ベーコン	ココ <sup>こ</sup> ウ <sup>う</sup> カ <sup>か</sup> コーン	じゃがいも こむぎこ パンこ		
5 木	たけのこごはん		ナムルサラダ	わかめ	もやし こまつな	ごまあぶら ごま	755	28.9
			さわらのレモンソースがけ	牛乳 とりにく あぶらあげ	にんじん たけのこ えだまめ	米 さとう あぶら	656	25.0
6 金	たけのこごはん		なのはないりごまあえ	さわら みそ	レモン	かたくりこ かしわもち	773	29.5
			かしわもち	あずき	なのはな キャベツ	すりごま ねりごま		

\*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。

