



4月献立表



令和8年度

菊川市立菊川学校給食センター
※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちよろしをとのえるもの	その他の 調味料	【栄養成分】 エネルギー たんぱく質 脂質			お知らせ	
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質			ビタミン	幼	小		中
9 (木)	ごはん	米										ちくわのお茶揚げ 幼1個 小2個 中3個
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ちくわのおちゃあげ	小麦粉 でん粉	油	ちくわ		茶	塩	423	595	778		
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ふた肉		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒	16.8	22.9	29.3		
	たけのこのみそしる			豆腐 みそ		たけのこ 小松菜 にんじん えのきたけ 根菜ねぎ		14.9	17.3	20.3		
								1.7	2.5	3.3		
10 (金)	むぎごはん	米 麦										チキンナゲット 幼1個 小2個 中3個
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	チキンナゲット	コーンフラワー 米粉 砂糖	油	とり肉 おから 大豆		にんにく しょうが	醤油 塩	430	616	811		
	やさいのたくわんあえ		ごま			キャベツ きゅうり たくあん	塩	17.1	23.2	29.2		
	ポークカレー	じゃがいも	油	ふた肉	チーズ 脱脂粉 乳	玉ねぎ にんじん トマト りんご にんにく	カレールウ3種(小麦・ 乳・大豆) ソース ワイン 鶏がらスープ 塩 こしょう	14.6	18.4	22.9		
								1.6	2.3	2.9		
13 (月)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	とうふステーキのおろしソース	でん粉 砂糖	油	豆乳		大根 しょうが	みりん 醤油	423	558	724		
	はるキャベツのごまあえ	砂糖	ごま			キャベツ もやし にんじん	醤油	18.7	23.6	29.4		
	ふたにくとこんにゃくのしょうがに	砂糖	油	ふた肉 さつま揚げ		玉ねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん しょうが	醤油 みりん 酒	14.9	15.4	18.5		
								1.1	1.4	1.9		
14 (火)	こくとうパン	小麦粉 砂糖 黒糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ほうれんそうオムレツ	砂糖	油	卵		ほうれん草	塩 酢 こしょう	413	602	748		
	マカロニサラダ	マカロニ				きゅうり どうもろこし	/EIegg マネーズ 塩 こしょう	17.1	23.2	28.1		
	ミネストローネ	じゃがいも 砂糖		ベーコン 大豆		トマト キャベツ 玉ねぎ にんじん セロリー にんにく パセリ	鶏がらスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう	17.0	21.3	25.1		
								1.8	2.7	3.4		
15 (水)	せきはん	もち米 うるち米 小豆										入学入園進級 お祝い献立 とり肉の唐揚げ 幼1個 小1個 中2個
	ごましお	コーンスターチ	ごま				塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	とりにくのからあげ	でん粉	油	とり肉		しょうが にんにく	醤油 酒 塩 こしょう	445	602	768		
	やさいのおかかあえ	砂糖		かつお節		キャベツ 小松菜 もやし	醤油	21.0	27.9	35.7		
	おいわいすましじる	はんぺん(山いも)		豆腐 はんぺん	わかめ	玉ねぎ にんじん えのきたけ 根菜ねぎ 干しいたけ	醤油 塩	14.7	16.7	19.4		
	おいわいいちごゼリー	砂糖		豆乳		いちご		2.3	2.8	3.3		
16 (木)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	さわらのさいきょうやき			さわら みそ			酒 みりん	407	553	710		
	ごもくだいす	砂糖		大豆	昆布	たけのこ こんにゃく にんじん ごぼう	醤油 みりん	20.0	25.5	31.4		
	けんちんじる	里いも	ごま油	豆腐 油揚げ		大根 小松菜 にんじん 根菜ねぎ	醤油 酒 塩	14.2	16.6	19.1		
								1.7	2.2	2.8		
17 (金)	むぎごはん	米 麦										ふるさと給食
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ふたにくのわふうソースいため	砂糖 でん粉	油	ふた肉		大根 りんご しょうが	醤油 酒 みりん	402	553	717		
	やさいのいそかあえ	砂糖			のり	キャベツ もやし チンゲン菜	醤油	18.8	24.4	30.2		
	はるやさいのみそしる	じゃがいも		みそ 油揚げ	わかめ	玉ねぎ にんじん 根菜ねぎ		13.6	15.7	18.3		
								1.6	2.0	2.5		

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちよろしをとのえるもの	その他の 調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 糖質			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質	ビタミン		幼	小	中	
20 (月)	ごはん	米						425 17.1 15.3 1.6	559 20.6 17.3 1.8	732 25.8 20.6 2.3	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	イカメンチ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	いか 大豆		キャベツ にんにく	しょうが 醤油 塩				
	ごぼうのそぼろいため	砂糖	油	ふた肉 みそ		ごぼう にんにく さやいんげん	酒 みりん 醤油				
	わかたけじる			とり肉 なた	わかめ	たけのこ えのきたけ にんにく 葉ねぎ	醤油 みりん 酒 塩				
21 (火)	コッパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	474 20.2 18.4 2.6	598 23.8 22.3 3.3	836 30.4 26.9 4.4	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ホキフライのソースがけ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	ホキ			ソース ケチャップ ワイン 塩 こしょう				
	コールスローサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり とうもろこし	酢 塩 こしょう				
	にくだんごとやさいのスープ	肉団子(小麦)		肉団子(とり肉・ ふた肉)		玉ねぎ チンゲン菜 にんにく	コンソメ スープストック ワイン 塩 こしょう				
22 (水)	ごはん	米						415 18.0 14.6 1.1	568 22.6 16.8 1.6	722 27.5 19.1 1.8	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	のりいりあつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵	のり		酢 みりん 醤油 塩				
	やさいのあかじそあえ					キャベツ きゅうり もやし	赤じそ粉 塩				
	じゃがいものカレーに	じゃがいも 砂糖	油	ふた肉		玉ねぎ にんにく こんにゃく グリーンピース しょうが	醤油 酒 みりん カレー粉				
23 (木)	ちゅうかめん	小麦粉						517 18.6 21.6 2.2	609 22.5 23.5 2.7	774 27.8 28.1 3.6	春巻 1個 小1個 中2個
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	はるまき	小麦粉 米粉 春雨 でん粉 砂糖	油 ショートニング	ふた肉		にんにく 玉ねぎ キャベツ しょうが 干ししいたけ	醤油 塩				
	やさいとこんにゃくのサラダ	砂糖	ごま ごま油			キャベツ きゅうり こんにゃく	醤油 酢 塩				
	しおラーメンスープ	でん粉		ふた肉 なた		もやし にんにく チンゲン菜 たけのこ とうもろこし 根菜ねぎ	塩ラーメンスープ 鶏がらスープ 酒				
24 (金)	むぎごはん	米 麦						481 15.7 18.1 1.5	641 19.3 21.1 1.8	842 23.9 25.9 2.4	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	コーンフライ	小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖	油 ショートニング	大豆		とうもろこし	塩				
	フレンチサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり にんにく	酢 塩 こしょう				
	ハヤシチュー	じゃがいも 砂糖	油	ふた肉		玉ねぎ にんにく トマト グリーンピース	ハヤシルフ(小麦) ケチャップ ソース 鶏がらスープ ワイン 塩 こしょう				
27 (月)	ごはん	米						427 17.9 16.1 1.6	575 22.5 18.5 2.2	728 27.0 21.1 2.7	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ハンバーグのオニオンソースがけ	砂糖 でん粉	油	ふた肉 とり肉 大豆		玉ねぎ にんにく レモン	醤油 みりん 塩				
	ごふきいも	じゃがいも				パセリ	塩 こしょう				
	とうふのみそじる			豆腐 みそ 油揚げ		小松菜 えのきたけ にんにく 根深ねぎ					
28 (火)	コッパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	439 24.1 16.7 2.1	575 30.9 20.1 3.0	719 38.3 24.1 3.9	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくとレバーのケチャップあえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりレバー			ケチャップ ソース ワイン				
	かいそうサラダ	砂糖	ごま油		わかめ 茎わかめ 昆布 とさか かのり ぶのり	キャベツ きゅうり	醤油 酢 塩 こしょう				
	やさいとたまごのスープ	でん粉		卵 ベーコン		玉ねぎ チンゲン菜 にんにく	鶏がらスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう				
30 (木)	ごはん	米						405 13.5 15.7 1.5	547 16.8 17.6 2.0	732 21.1 22.5 2.8	揚げ餃子 幼1個 小2個 中3個
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あげぎょうざ	小麦粉 砂糖	油	ふた肉		キャベツ 玉ねぎ たら しょうが	醤油 塩				
	きりほしだいこんのちゅうかさ	砂糖	ごま油 ごま		わかめ	きゅうり 切り干し大根	醤油 酢 塩				
	ワンタンスープ	ワンタン		ベーコン なた		玉ねぎ チンゲン菜 にんにく えのきたけ 葉ねぎ	鶏がらスープ 醤油 中華スープ 塩 こしょう				

※材料の都合等により献立を変更することがあります。
 ※栄養価は幼稚園年中、小学校3・4年生、中学生の数値です。
 ※加工品の右側の()には特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。(えび・かに・小麦・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン)