



令和8年 4月 献立表



新城市学校給食センター

日 曜	献立名	主な材料とその働き						小学校 エネルギー たんぱく質 脂質	中学校
		【赤】主に体をつくる		【緑】主に体の調子を整える		【黄】主にエネルギーのもとになる			
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海産物	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実		
10 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		643 kcal	800 kcal
	鶏肉のからあげ	鶏肉			しょうが	でんぶん 米粉	油	25.4 g	29.9 g
	おひたし			ほうれん草	白菜 切干し大根		ごま油	24.2 g	27.7 g
	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	わかめ	にんじん 葉ねぎ	えのきたけ	じゃがいも			
13 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		628 kcal	799 kcal
	照り焼きハンバーグ	鶏肉 豚肉 大豆		トマト	たまねぎ にんにく しょうが	でんぶん 砂糖	ラード	27.3 g	33.1 g
	おかかあえ	花かつお		ほうれん草 にんじん	切干し大根			20.6 g	24.3 g
	豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん 葉ねぎ	大根 こんにゃく				
入学・進級お祝い 献立									
14 火	カレーライス 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん 小松菜	たまねぎ しめじ	ごはん じゃがいも 米粉のカレールー	油	661 kcal	806 kcal
	グリーンサラダ			ほうれん草	キャベツ きゅうり コーン 枝豆		塩ドレッシング	21.0 g	24.6 g
	豆乳プリン	豆乳				水あめ 砂糖		19.1 g	20.8 g
15 水	あいちのツイストパン 牛乳		牛乳			パン		608 kcal	764 kcal
	春野菜のシチュー	鶏肉 豆乳		にんじん ブロッコリー	たまねぎ キャベツ	じゃがいも 米粉のホワイトルー	油	24.1 g	29.3 g
	ささみのサラダ	ささみ		ほうれん草	きゅうり コーン		ごまドレッシング	23.8 g	29.0 g
16 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		604 kcal	754 kcal
	カレイのからあげ	カレイ				でんぶん	油	25.6 g	30.2 g
	ごまあえ			ほうれん草	もやし 切干し大根 コーン	砂糖	ごま	17.9 g	20.2 g
	たけのこのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ		にんじん 小松菜	たけのこ キャベツ				
17 金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		713 kcal	848 kcal
	ミートソース	牛肉 豚肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ 枝豆 にんにく	でんぶん		29.7 g	35.1 g
	りんごゼリーよせ				りんご果汁 バイン ナタデココ	砂糖		20.3 g	23.1 g
20 月	こぎつねごはん 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	コーン 枝豆	ごはん 砂糖	油	609 kcal	744 kcal
	肉だんご	鶏肉 大豆			たまねぎ ごぼう しょうが	でんぶん 砂糖	ラード 油	25.6 g	30.9 g
	かぶのみそ汁	生揚げ みそ		にんじん 小松菜	かぶ しめじ たまねぎ			20.7 g	24.1 g
21 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		659 kcal	819 kcal
	揚げ鶏の香味だれかけ	鶏肉		葉ねぎ	しょうが にんにく	でんぶん 砂糖	油 ごま油	23.4 g	27.7 g
	ゆかりあえ			赤しそ	きゅうり 白菜 切干し大根			23.4 g	26.6 g
	けんちん汁	生揚げ		にんじん	こんにゃく 大根 ごぼう 白ねぎ		ごま油		
22 水	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン		633 kcal	733 kcal
	ミートボールのトマト煮	鶏肉 大豆		にんじん ほうれん草 トマト	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも 砂糖	油	28.9 g	33.2 g
	コールスローサラダ	ハム			キャベツ きゅうり 切干し大根 コーン		コールスロードレッシング	24.9 g	28.3 g
地産地消の日 * きゅうり・春キャベツ *									
23 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		630 kcal	785 kcal
	米粉のチキンみそカツ	鶏肉 みそ				じゃがいも 米粉パン粉 砂糖	油	26.3 g	31.0 g
	きゅうりのサラダ	ツナ			きゅうり もやし 切干し大根		ノンエッグマヨネーズ	21.0 g	23.8 g
	春野菜のすまし汁	生揚げ かまぼこ		にんじん 葉ねぎ	キャベツ えのきたけ				
24 金	五目うどん 牛乳	豚肉 油揚げ かまぼこ	牛乳	にんじん ほうれん草	たまねぎ 大根 しいたけ	白玉うどん でんぶん		768 kcal	903 kcal
	ごまツナあえ	ツナ		小松菜	もやし 切干し大根	砂糖		25.0 g	28.8 g
	米粉のきな粉蒸しパン	豆乳 きな粉				米粉 砂糖	油	22.6 g	25.6 g
27 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		593 kcal	764 kcal
	揚げぎょうざ	豚肉 大豆		にら	キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 でんぶん 砂糖	ラード 油	22.4 g	26.7 g
	中華あえ			にんじん	きゅうり もやし 切干し大根	砂糖	ごま油	17.5 g	21.7 g
	わかめスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	白菜 たまねぎ コーン		油 ごま油		
	乾燥小魚		小魚			水あめ 砂糖			
28 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		573 kcal	720 kcal
	さわらの塩焼き	さわら						26.5 g	31.9 g
	もやしのごまじょうゆあえ			ほうれん草	もやし コーン	砂糖	ごま	16.6 g	18.8 g
	じゃがいもの白みそ汁	豆腐 油揚げ みそ		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも			
30 木	豚丼	豚肉		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ こんにゃく 切干し大根 しょうが	ごはん 砂糖	油	617 kcal	769 kcal
	牛乳		牛乳					22.0 g	25.7 g
	いももち汁	油揚げ		にんじん 小松菜	白菜 ごぼう しいたけ	じゃがいも でんぶん		19.2 g	21.8 g

○調味料等記載のないものもあります ○都合により献立が変更になることがあります