



4月の献立予定表



令和8年度

鮫川村学校給食センター

日付	献立	赤の食材		緑の食材		黄の食材		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g	お休みなど
		主 ^{かたが} に体をつくる	主 ^{かたが} に体の調子を整える	主 ^{かたが} にエネルギーのもとになる	※上から小学校(中学年)・中学校								
7 (火)	「入学・進級祝い献立」 ごはん 牛乳 鶏の照り焼き カラフル和え お花のみそ汁 お祝いゼリー(りんご味)	牛乳	鶏肉	もやし	キャベツ	ごはん	さとう	610	28.8	13.7	342	2.0	
		ツナ	豆腐	にんじん	インゲン	和風ドレッシング		796	35.2	15.4	363	2.4	
8 (水)	「かみかみ献立」 ごはん 牛乳 サケの香味焼き 筑前煮 絹さやのみそ汁	牛乳	サケ	にんじん	ごぼう	ごはん	あぶら	599	27.2	17.0	290	2.1	
		鶏肉	油揚げ	こんにゃく	干しいたけ	さとう		797	34.1	20.1	313	2.6	
9 (木)	黒糖パン 牛乳 チキンのパン粉焼き アスパラサラダ アルファベットスープ	牛乳	鶏肉	アスパラガス	キャベツ	黒糖パン	パン粉	655	30.1	23.7	337	2.2	古小 鮫中
		チーズ	ウインナー	きゅうり	にんじん	バター	マカロニ	795	36.0	27.7	366	2.7	
10 (金)	ごはん 牛乳 鶏のから揚げ 梅肉あえ 玉ねぎのみそ汁	牛乳	鶏肉	枝豆	にんじん	ごはん	でんぷん	632	21.7	17.7	285	2.5	
		かつお節	わかめ	きゅうり	もやし	米粉	あぶら	811	27.2	20.8	300	3.1	
13 (月)	ごはん 牛乳 ボークコロック パックソース かおりあえ キャベツのみそ汁	牛乳	鶏肉	ほうれん草	もやし	ごはん	あぶら	629	29.5	16.4	304	2.0	古中3年生
		のり	豆腐	にんじん	白菜			802	35.5	19.3	324	2.4	
14 (火)	ごはん 牛乳 さわらのみそ焼き 肉じゃが にらのみそ汁	牛乳	さくら	にんじん	玉ねぎ	ごはん	じゃがいも	632	27.3	18.0	300	2.3	鮫小 古中3年生
		みそ	豚肉	しらたき	インゲン	あぶら		802	33.2	20.7	319	2.9	
15 (水)	ソフトめん 牛乳 チキンサラダ わかめうどん汁 オレンジ	牛乳	鶏肉	キャベツ	フロッキー	ソフトめん		648	29.4	19.1	333	3.3	古中3
		わかめ	なると	にんじん	小松菜	胡麻ドレッシング		806	36.1	22.0	363	4.1	
16 (木)	フィッシュサンドパン (丸パン、フィッシュフライ、タルタルソース) 牛乳 イタリアンサラダ 野菜スープ	牛乳	ホキ	にんじん	フロッキー	丸パン	あぶら	662	29.2	28.5	332	3.1	
		鶏肉		キャベツ	きゅうり	パン粉	じゃがいも	793	34.8	33.0	360	3.9	
17 (金)	チキンカレー(ごはん) 牛乳 糸かまサラダ ラムネゼリー	牛乳	糸かまぼこ	きゅうり	キャベツ	ごはん	じゃがいも	619	19.8	18.5	298	2.3	
		鶏肉		にんじん	玉ねぎ	和風ドレッシング		808	23.8	24.3	316	2.8	
20 (月)	ごはん 牛乳 白身魚の甘酢あんかけ 春雨サラダ 中華スープ	牛乳	メルルーサ	玉ねぎ	にんじん	ごはん	でんぷん	626	23.0	17.4	312	2.1	鮫小 鮫中
		なると	豆腐	ピーマン	キャベツ	あぶら	さとう	801	29.6	20.0	336	2.7	
21 (火)	ごはん 牛乳 ハンバーグデミグラスソース コーンサラダ パンネスープ	牛乳	ハンバーグ	コーン	キャベツ	ごはん	マカロニ	618	25.0	17.9	291	1.8	
		ベーコン		きゅうり	にんじん	フレンチドレッシング		803	32.0	21.4	310	2.3	
22 (水)	ごはん 牛乳 達者の納豆 豚肉と野菜のみそ炒め けんちん汁	牛乳	納豆	にんじん	しめじ	ごはん	あぶら	648	29.6	21.8	342	2.5	
		豚肉	みそ	もやし	キャベツ	さとう	さといも	804	34.6	24.7	362	2.8	
23 (木)	コッペパン 牛乳 いちご&マーガリン チキンのバジル焼き フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳	鶏肉	キャベツ	きゅうり	コッペパン		635	29.1	24.3	322	2.9	
		ツナ	ベーコン	にんじん	玉ねぎ	いちご&マーガリン		782	34.7	29.6	348	3.7	
24 (金)	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 なめたけあえ じゃがいものみそ汁	牛乳	さば	白菜	ほうれん草	ごはん	さとう	633	24.0	22.0	302	2.3	鮫小
		みそ	かまぼこ	にんじん	もやし	じゃがいも		801	29.0	25.6	321	2.8	
27 (月)	ごはん 牛乳 サケの三味焼き ひじきのサラダ 青菜のみそ汁	牛乳	サケ	小ねぎ	キャベツ	ごはん	さとう	618	28.1	16.3	358	2.3	鮫小
		みそ	ひじき	きゅうり	枝豆	ごま油		795	34.4	18.6	391	2.8	
28 (火)	ごはん 牛乳 ぎょうざ(1人2コ) もやしのひき肉炒め チンゲン菜スープ	牛乳	ぎょうざ	もやし	にら	ごはん	マロニー	644	26.2	16.1	358	2.0	
		豚肉	なると	にんじん	チンゲン菜	ごま油	でんぷん	793	30.5	17.6	375	2.4	
30 (木)	ドックパン(コッペパン、ウインナー) 牛乳 キャベツサラダ コーンポタージュ	牛乳	ウインナー	にんじん	フロッキー	コッペパン	さとう	692	25.3	27.7	337	3.2	
				キャベツ	きゅうり	コールスロドレッシング		815	28.9	30.0	367	3.9	

※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。あらかじめご了承ください。

給食一口メモ	今月の地場産品(予定) 県内産	今月の平均栄養価 *右は基準値				
		小学校(中学年)		中学校		
4月7日(火)から令和8年度の給食がスタートします。苦手な食べ物がある人も、少しずつ食べられるようにしていきましょう。今年度も、栄養たっぷりの給食を届けます。お楽しみに♪今年度最初の給食は「入学・進級祝い献立」です。	米、米粉、みそ、豆腐、油揚げ 納豆、小松菜、ほうれん草	エネルギー kcal	635	650	800	830
		たんぱく質 g	26.7	18~32	32.3	25~40
		脂質 g	19.8	18~22	23.0	24~28
		カルシウム mg	320	350	353	450
		塩分 g	2.4	2.0	3.0	2.5