



令和8年 4月 小学校給食献立予定表



蕨市立学校給食センター

日	こんだてめい	ぎゆうにゆう	からだをつくる もとになるしょくひん	からだのちようしを ととのえる もとになるしょくひん	エネルギーの もとになるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
13月	フラワーロールパン	○			パン(乳なし)		577 kcal
	はながたハンバーグ		とりにく,ぶたにく	たまねぎ,トマト,にんにく,しょうが	さとう	しお	24.8 g
	フレンチサラダ			キャベツ,きゅうり,みかん	あぶら	す,しお,こしょう	23.0 g
	ABCスープ		ベーコン,ぶたにく	にんじん,たまねぎ,トマト	じゃがいも,マカロニ	しお,こしょう,コンソメ	3.0 g
14火	ごはん	○			こめ		693 kcal
	はるまき		とりにく	たけのこ,たまねぎ,にんじん,キャベツ,しいたけ	はるさめ,さとう,でんぱん,こむぎこ,あぶら	しょうゆ,オイスターソース,しお	22.1 g
	はるさめサラダ			にんじん,もやし,きゅうり,とうもろこし	はるさめ,さとう,ごまあぶら,ごま	す,しょうゆ,からし,しお	23.1 g
	たべるスープ		ぶたにく,とうふ	もやし,たまねぎ,にんじん,こまつな,しょうが,にんにく	あぶら,ごまあぶら	みそ,酒,みりん,しょうゆ,しお	2.8 g
	ぶどうゼリー				さとう	ぶどうかじゅう	
ねんせい きゆうしょく はじ 1年生の給食が始まります (1年生も通常メニューです)							
15水	はちみつパン	○			パン(乳なし)		574 kcal
	やさいコロケ			にんじん,たまねぎ,とうもろこし,グリーンピース	じゃがいも,あぶら,こむぎこ,パンこ	しお	20.6 g
	だいこんサラダ		ぶたにく,ベーコン	たまねぎ,にんじん	じゃがいも	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	2.9 g
	やさいスープ			だいこん,とうもろこし,きゅうり	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	22.0 g
16木	ごはん	○			こめ		595 kcal
	とうふハンバーグ		とうふ,とりにく	たまねぎ	でんぱん,さとう	しお,みりん	25.0 g
	もやしのサラダ			もやし,にんじん,きゅうり	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	18.8 g
	とんじる		ぶたにく,とうふ	にんじん,ごぼう,ながねぎ	じゃがいも	みそ	2.6 g
17金	ツイストパン	○			パン(乳なし)		563 kcal
	とりにくのケチャップに		とりにく	トマト,にんにく		しお,こしょう	27.4 g
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー,とうもろこし,にんじん		す	18.5 g
	ニョッキのとうにゆうスープ		とりにく,とうにゆう,だっしふんにゆう	にんじん,たまねぎ,エリンギ	じゃがいも,あぶら,こむぎこ	コンソメ,しお,こしょう	3.1 g
20月	くろパン	○			パン(乳なし)		530 kcal
	ささみフライ		とりにく		あぶら,さとう,パンこ,でんぱん	しょうゆ,ケチャップ	21.9 g
	ごぼうサラダ			ごぼう,にんじん,キャベツ	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	18.1 g
	ジュリエヌスープ		ベーコン	たまねぎ,にんじん,セロリー,キャベツ	あぶら	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	3.1 g
21火(A校)	たけのこごはん	○	とりにく,あぶらあげ	たけのこ,しいたけ,にんじん	こめ,むぎ,あぶら,さとう	酒,うすくちしょうゆ,しお	625 kcal
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)		あぶら,でんぱん	しょうゆ	25.2 g
	からしあえ			もやし,こまつな	さとう	からし,しょうゆ	23.9 g
							1.9 g
21火(B校)	ごはん	○			こめ		658 kcal
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)		あぶら,でんぱん	しょうゆ	28.2 g
	からしあえ			もやし,こまつな	さとう	からし,しょうゆ	23.0 g
	にくじゃが		ぶたにく	たまねぎ,にんじん	じゃがいも,あぶら,さとう	しょうゆ,みりん,酒	1.8 g

日	こんだてめい	ぎょうじょう	からだをつくる もとなるしょくひん	からだのちょうしを ととのえる もとなるしょくひん	エネルギーの もとなるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
22 水	こどもパン	○			パン(乳なし)		539 kcal
	ミートボール(2こ)		とりにく	たまねぎ	パンこ, さとう	ケチャップ, しょうゆ	23.9 g
	マカロニサラダ (マヨネーズ)			キャベツ, きゅうり, にんじん	マカロニ	しょうゆ	21.0 g
	はくさいとベーコンのスープ		ぶたにく, ベーコン	たまねぎ, にんじん, はくさい	じゃがいも	しょうゆ, こしょう, コンソメ, しょうゆ	2.7 g
23 木 (A校)	ごはん	○			こめ		637 kcal
	しろみざかなのサクサクフライ		スケソウタラ(さかな)		あぶら, パンこ, コーンフレーク, こむぎこ, でんぷん	しょうゆ, ソース	26.3 g
	あおなのサラダ			ほうれんそう, もやし, にんじん	あぶら, さとう	す, しょうゆ, こしょう	19.8 g
	にくじゃが		ぶたにく	たまねぎ, にんじん	じゃがいも, あぶら, さとう	しょうゆ, みりん, 酒	2.2 g
23 木 (B校)	たけのごはん	○	とりにく, あぶらあげ	たけのこ, しいたけ, にんじん	こめ, むぎ, あぶら, さとう	酒, うすくちしょうゆ, しょうゆ	604 kcal
	しろみざかなのさくさくフライ		スケソウタラ(さかな)		あぶら, パンこ, コーンフレーク, こむぎこ, でんぷん	しょうゆ, ソース	23.3 g
	あおなのサラダ			ほうれんそう, もやし, にんじん	あぶら, さとう	す, しょうゆ, こしょう	20.7 g
							2.4 g
24 金	ごはん	○			こめ		660 kcal
	チキンカレー (アレルギーフリーしょうゆ)		とりにく	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, トマト	じゃがいも, あぶら	ソース, カレーこ, しょうゆ, しょうゆ, ケチャップ, コンソメ, カレールウ(アレルギーフリー)	21.8 g
	オムレツ		たまご		さとう	しょうゆ	24.1 g
	さんしょくサラダ			キャベツ, とうもろこし, にんじん	あぶら, さとう	す, しょうゆ, こしょう	3.1 g
27 月	コーヒーミルク	○	にゅう				615 kcal
	コッペパン				パン(乳なし)		24.0 g
	ミートソースのパリツオーネ		とりにく	たまねぎ, にんにく	あぶら, さとう, こむぎこ	ケチャップ	23.8 g
	キャロットサラダ			にんじん, きゅうり, とうもろこし	あぶら, さとう	す, しょうゆ, こしょう	2.8 g
	とりとキャベツのクリームに		とりにく, ベーコン, スキムミルク, ぎゅうにゅう	にんじん, たまねぎ, キャベツ	じゃがいも, あぶら, こむぎこ	コンソメ, しょうゆ	
28 火	ごはん	○			こめ		575 kcal
	ぶたこまのしょうがやき		ぶたにく	しょうが, たまねぎ	あぶら	しょうゆ, 酒, みりん, しょうゆ, しょうゆ	24.3 g
	オレンジ(1こ)			オレンジ			15.7 g
	はるやさいのみそしる		あつあげ	たまねぎ, キャベツ, さやえんどう	じゃがいも	みそ	2.4 g
30 木	ごはん	○			こめ		574 kcal
	しゅうまい(2こ)		ぶたにく	たまねぎ, しょうが	でんぷん, さとう, こむぎこ, こまあぶら	しょうゆ, こしょう, ほたてエキス	24.5 g
	ゆかりあえ			キャベツ, きゅうり		しょうゆ, ゆかり	17.2 g
	しせんどうふ		ぶたにく, とうふ	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, たけのこ, しいたけ	あぶら, さとう, でん粉, ごまあぶら	しょうゆ	2.1 g
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。 ★給食センターで調理する混ぜご飯などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。 ≪ A校・B校区分 ≫ A校・・・塚越小・南小・北小 B校・・・東小・中央東小・中央小・西小							へいきんえいようか 614 kcal 24.9 g 21.3 g 2.4 g



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

髪の毛が出ていませんか？
 マスクから鼻と口が出ていませんか？
 給食着は清潔ですか？

爪は短く切っていますか？
 手をきれいに洗いましたか？
 体調は悪くありませんか？

ひとりぶん かんが ていねい も つ
一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。



- するものはそこからよくかきまぜ、するとぐをきんどうにもりつけます。
- トングをつかうときは、りょうりがくずれないようにやさしくはさんでもりつけます。