

令和8年度 4月学校給食予定献立表（中学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ ご ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ー	ざ い り ょ う						エ ネ ル ギ ー kcal	
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を と の え る		熱 や 力 の も と に な る			たん ぱ く 質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色 の こ い 野 菜	色 の う す い 野 菜 く だ も の ・ き の こ	こ く 類 ・ い も 類 さ と う	脂 質		
10	金	麦ごはん						米 麦	768 25.9		
		牛乳	乳		牛乳						
		ハヤシライス	小麦、牛肉、大豆、鶏肉 豚肉、りんご	豚肉		にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	小麦粉 さとう		油	
		コールスロー	小麦、大豆、りんご、果物			にんじん 赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ きゅうり	さとう		油	
13	月	ごはん						米	792 24.0		
		牛乳	乳		牛乳						
		ポークカレー	小麦、大豆、豚肉、りんご 果物、カレー	豚肉		にんじん	たまねぎ りんご	じゃがいも		油	
		ドレッシングサラダ	小麦、大豆				きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう		油	
		お祝いデザート	果物					いちごのジュレ			
14	火	コッパン	小麦、乳、大豆					コッパン	770 30.4		
		牛乳	乳		牛乳						
		かぼちゃのクリームスープ	小麦、乳、大豆、鶏肉	鶏肉		牛乳 生クリーム	かぼちゃ パセリ	たまねぎ		小麦粉	マーガリン
		春キャベツのソテー	小麦、大豆、豚肉、りんご	ベーコン		にんじん	キャベツ たまねぎ			油	
15	水	麦ごはん						米 麦	755 28.3		
		牛乳	乳		牛乳						
		沢煮椀	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん ねぎ	たけのこ だいこん ごぼう ししいたけ				
		ほきフライ	小麦、大豆、魚	ほきフライ						油	
		みそドレッシング和え	ごま、大豆	みそ	わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり	さとう		油 ごま	
16	木	麦ごはん						米 麦	777 31.4		
		牛乳	乳		牛乳						
		筑前煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 凍り豆腐		にんじん いんげん	ごぼう たけのこ こんにゃく ししいたけ	里芋 さとう		油	
		卵焼き	小麦、卵、大豆	卵焼き							
		にらともやしの炒め物	小麦、ごま、大豆、豚肉	ベーコン		にら	もやし			ごま油	
17	金	麦ごはん						米 麦	817 32.1		
		牛乳	乳		牛乳						
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆、豚肉	豆腐 豚肉 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ししいたけ しょうが	さとう でん粉		油 ごま油	
		揚げぎょうざ	小麦、大豆、豚肉	ぎょうざ						油	
		ハンサンスー	小麦、ごま、大豆			にんじん	きゅうり	春雨 さとう		ごま油	
20	月	麦ごはん						米 麦	778 28.7		
		牛乳	乳		牛乳						
		具だくさんみそ汁	大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ みそ		にんじん	だいこん 深ねぎ	さつまいも			
		鶏の揚げがらめ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		ピーマン にんじん	たまねぎ	でん粉 さとう		油	

栄養管理と献立作成

栄養

「学校給食摂取基準」に基づき栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。
「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

栄養士が
献立作成
しています



令和8年度 4月学校給食予定献立表（中学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ ご ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ー	ざ い り ょ う						エ ネ ル ギ ー kcal
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を と と の え る		熱 や 力 の も と に な る		たん ぱ く 質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色 の こ い 野 菜	色 の う す い 野 菜 く だ も の ・ き の こ	こ く 類 ・ い も 類 さ と う	脂 質	
21	火	はちみつパン	小麦、乳、大豆					はちみつパン		775 34.6
		牛乳	乳		牛乳					
		マカロニのクリーム煮	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	鶏肉 ベーコン	スキムミルク 牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも マカロニ 小麦粉	マーガリン 油	
		ハンバーグきのこソース	小麦、牛肉、大豆、鶏肉 豚肉、りんご、ゼラチン	ハンバーグ			しいたけ しめじ	さとう でん粉		
22	水	チキンライス	大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	米	油	819 28.4
		牛乳	乳		牛乳					
		オニオンスープ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ			
		ミンチカツ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	ミンチカツ					油	
		ブロッコリーのごま和え	小麦、ごま、大豆			ブロッコリー	キャベツ	さとう	ごま	
23	木	麦ごはん						米 麦		753 31.5
		牛乳	乳		牛乳					
		豚汁	大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん	だいこん ごんにゃく ごぼう 深ねぎ	じゃがいも		
		たらの甘酢だれ	小麦、大豆、魚	たら			しょうが	さとう	油	
		菜の花和え	小麦、大豆			ほうれんそう なの花	とうもろこし	さとう		
27	月	ごはん						米		805 33.3
		牛乳	乳		牛乳					
		五目スープ	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 とうふ はんぺん		にんじん こまつな	たけのこ しいたけ	でん粉		
		鶏のから揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉				でん粉	油	
		にんじんのきんぴら	小麦、ごま、大豆			にんじん	ごぼう	さとう	ごま 油	
28	火	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン		757 41.0
		牛乳	乳		牛乳					
		ポークビーンズ	大豆、鶏肉、豚肉、りんご	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ セロリ グリンピース	じゃがいも	油	
		あじのハーブ焼き	小麦、大豆、魚	あじ		パセリ バジル			オリーブ油	
		ひじきサラダ	小麦、ごま、大豆		ひじき		きゅうり とうもろこし	さとう	ごま油	
30	木	麦ごはん						米 麦		756 35.3
		牛乳	乳		牛乳					
		チンゲン菜と肉団子のスープ	小麦、ごま、大豆、鶏肉	つくね		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ しいたけ		ごま油	
		ピビンバ（肉炒め）	小麦、大豆、豚肉	豚肉			にんにく	さとう	油	
		ピビンバ（ナムル）	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう	もやし		ごま ごま油	

月に一度配布する献立表には、給食のメニューや使用する材料を表示しています。ご家庭での給食の話題や食事作りの参考として、ご活用ください。

献立名の右側にアレルギー表示義務及び推奨のある28品目を表示しています。油や調味料由来の小麦、大豆も表示していますので、**食物アレルギーがある場合は、献立内容を二次元コードから必ずご確認ください。**

