

4月分学校給食予定献立表

献立目標：春の味覚を味わおう

2026年 御前崎市学校給食センター

日/曜日	献立名	主にエネルギーのもとになる食品(黄)		主に体を作るもとになる食品(赤)		主に体の調子を整えるもとになる食品(緑)		調味料	欠食校	
		たんすいかぶつ 炭水化物	しつ 脂質	たんぱく質	むきしつ 無機質	カロテン	ビタミンC・ <small>せんい</small> 繊維			
金	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳			塩	○	浜岡中 浜岡東小 御前崎小
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	ソーセージのケチャップソースがけ	砂糖		ソーセージ				ケチャップ ソース		
	はるやさいのスープに	じゃが芋		鶏肉 豆腐		人参	キャベツ しめじ 玉ねぎ	塩 こしょう コツメ オリーブオイル		
	もやしサラダ					人参	もやし きゅうり	ごまドレッシング 塩		
月	入学・ 入園お祝い 献立	米 もち米 小豆	ごま					塩	○	幼 448 19.1 小 591 24.7 中 731 30.2
	せきはん									
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	とりのからあげ	でん粉	米油	鶏肉			しょうが にんにく	しょうゆ 酒		
	とんじる	じゃが芋		豚肉 豆腐 みそ		人参 葉ねぎ	大根	だし用削り節		
	ほうれんそうのいそかあえ				のり	ほうれん草	もやし	しょうゆ		
おいおいデザート	砂糖 米粉	油	豆乳 大豆			いちご				
火	むぎごはん	米 大麦							○	幼 447 19.2 小 560 23.3 中 679 27.7
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	ピビンバ	砂糖	菜種油	豚肉			しいたけ こんにゃく えのきたけ にんにく	しょうゆ みりん 酒 オリーブ		
	たまごスープ	でん粉	ごま油	卵 豆腐	わかめ	人参	玉ねぎ えのきたけ にんにく しょうが	しょうゆ 酒 中華だし		
	もやしのナムル		ごま油 ごま			小松菜 人参	もやし	しょうゆ 塩		
水	わかめごはん	米 大麦 砂糖			わかめ			塩	○	幼 482 18.4 小 603 22.4 中 731 26.5
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	あつゆきたまご	砂糖 でん粉	油	卵				酢 みりん 鹽だし しょうゆ		
	にくじゃが	じゃが芋 砂糖	菜種油	豚肉		人参	玉ねぎ こんにゃく グリーンピース	酒 しょうゆ みりん		
	きゅうりとキャベツのひたひた	砂糖	ごま油	鯉(かつお)削り節			きゅうり キャベツ	塩 しょうゆ 酢 唐辛子		
木	なめし	米 大麦 砂糖		鯉削り節		広島菜 京菜 大根葉		塩	○	幼 474 18.2 小 592 22.1 中 736 27.0
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	みそかつ	パン粉 でん粉 砂糖	米油 油	豚肉 みそ 大豆				しょうゆ 酒 みりん 香辛料		
	のっぺいじる	里芋 でん粉		鶏肉 豆腐		人参	こんにゃく 大根 根深ねぎ	だし用削り節 しょうゆ 昆布だし 酒 塩		
	キャベツのおかかあえ			鯉削り節			キャベツ もやし	しょうゆ		
金	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳			塩	○	幼 494 22.6 小 654 30.3 中 813 36.8
	いちごジャム	砂糖					いちご			
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	チーズオムレツ	砂糖 小麦粉	油	卵	チーズ			酢 塩 かつおだし		
	キャロットシチュー	じゃが芋 小麦粉	菜種油 油	鶏肉	脱脂粉乳 クリーム	人参 パセリ	玉ねぎ	ワイン 塩 オリーブ オイル こしょう 香辛料		
	ごまじゃこサラダ		ごま		しらす	小松菜	キャベツ きゅうり	しょうゆ		
月	ソフトめん	小麦粉						塩	○	幼 499 21.1 小 665 26.9 中 849 33.7
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	コーンフライ	パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖	米油 油				とうもろこし	塩		
	ミートソース	砂糖	菜種油	豚肉 鶏肉 大豆	チーズ	人参 トマト	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム グリーンピース	オイル ワイン オリーブ 塩 ケチャップ ソース		
	ウインナーともやしのソテー		菜種油	ウインナー		ほうれん草	キャベツ もやし	塩 コツメ こしょう		
火	たけのこごはん	米 砂糖		油揚げ 鶏肉		人参	たけのこ	しょうゆ 酒 塩 みりん 和風だし	○	はまおか幼
	ぎゅうにゅう				牛乳					
	かつおのビーナッツあえ	でん粉 砂糖	落花生 米油	鯉				しょうゆ		
	たまねぎのみそしる			豆腐 みそ	わかめ	人参 葉ねぎ	玉ねぎ えのきたけ	だし用削り節		
	はるキャベツのごますあえ	砂糖	ごま				キャベツ きゅうり	しょうゆ 酢 塩		

日/曜日	献立名	主にエネルギーのもとになる食品(黄)		主に体を作るもとになる食品(赤)		主に体の調子を整えるもとになる食品(緑)		調味料	欠食校			
		たんすい/たんぱく質	炭水化物	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質			たんぱく質		
22 水	むぎごはん	米	大麦						○			
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	きなこめ	でん粉	砂糖	米油	大豆	きな粉		塩				
	ポークカレー	じゃが芋		菜種油	豚肉	チーズ	人参 トマト	玉ねぎ にんにく しょうが しょうが		カレー粉、ケチャップ、ソース、ケチャップ、ケチャップ、ケチャップ		
	かいそうサラダ				鯉油漬け	わかめ 荳わかめ 昆布 とさかのり ぶりのり		大根 キャベツ きゅうり		青じそドレッシング		
23 木	ごはん	米							○			
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	さばのみそに	砂糖			鯖(さば)	みそ						
	けんちんじる			ごま油	豆腐	油揚げ	人参 葉ねぎ	こんにやく 大根 ごぼう		しょうゆ 塩 だし用削り節		
	チンゲンさいのわふうソテー			ごま ごま油	豚肉		チンゲン菜	キャベツ		しょうゆ 塩 みりん		
24 金	つゆひかりいりコッパン	小麦粉	砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		茶	塩	○		
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	チキンナゲット	砂糖	小麦粉	油	米油	鶏肉	大豆 卵	豚肉	玉ねぎ		塩 香辛料 ケチャップ	
	ポークビーンズ	じゃが芋	ひよこ豆	金時豆	砂糖	菜種油	豚肉	大豆 青えんどう豆	人参 トマト		玉ねぎ マッシュルーム グリンピース	ケチャップ、ケチャップ、ソース、しょうゆ、しょうゆ、ケチャップ
	コールスローサラダ	砂糖		ノイッグ マヨネーズ	オリーブ油			キャベツ	きゅうり レモン果汁		しょうゆ	
27 月	ごはん	米							○			
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	とりにくのでりやき					鶏肉		しょうが		しょうゆ みりん 酒		
	じゃがいものみそしる	じゃが芋			豆腐	油揚げ	みそ	葉ねぎ		玉ねぎ えのきだけ	だし用削り節	
	ひじきのにももの	砂糖		菜種油	ちくわ	ひじき	人参	こんにやく 枝豆		しょうゆ みりん 酒 和風だし		
28 火	しらすごはん	米	大麦			しらす			しょうゆ 塩 酒	○		
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	こうやどうらといかのおこのみあげ	砂糖	でん粉	米油	高野豆腐	いか	青のり	しょうが にんにく	しょうゆ 和風だし 塩			
	かきたまじる	でん粉			卵	豆腐		人参 小松菜	玉ねぎ		だし用削り節 しょうゆ 昆布だし 塩 酒	
	たけのこのせんぎりいため	砂糖	でん粉	ごま油	鶏肉			人参 ビーマン	たけのこ きくらげ しょうが にんにく		酒 しょうゆ みりん	
30 木	こどものひちらしすし	米	砂糖	油	卵		人参	れんこん かんぴょう 干しいたけ 枝豆	酢 しょうゆ 塩 和風だし	○		
	ぎゅうにゅう					牛乳						
	かつおのたつたあげ	でん粉		米油		鰹		しょうが	しょうゆ みりん			
	わかたけじる				豆腐	なると	わかめ	葉ねぎ	たけのこ		だし用削り節 しょうゆ 酒 昆布だし	
	あかじそあえ	砂糖						赤しそ	キャベツ きゅうり		しょうゆ 塩	
	こどものひデザート	砂糖				豆乳		りんご果汁	レモン果汁		しょうゆ	

※材料の都合により、献立が変更することがあります。
 ※給食センターでは食器・食缶等を共用しています。箸・スプーン・フォークは各自持参してください。
 ※使用材料の詳細が必要な場合や質問等ありましたら、給食センターまでご連絡ください。(TEL: 86-2044)



【 幼稚園・こども園 年少児の給食開始日 】
 16日(木) 北こども園 22日(水) はまおか幼稚園

毎日の給食写真や毎月の献立表を御前崎市のホームページに掲載しています。

給食には、多くの学びが詰まっています。
 学校給食は、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

