

4月献立予定表

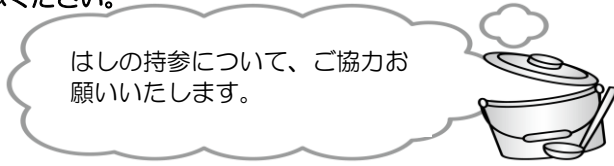
2026年

※予定献立表は、おもな材料のみ記載されています。食物アレルギーの原因食品の確認は、必ず食物アレルギー対応の詳細献立表で、ご確認をお願いいたします。

中学校
神崎町給食センター

日	曜日	献立名			主な材料とその働き						栄養価			
		主食	牛乳	おかず	【赤】 主に体の組織をつくる		【緑】 主に体の調子を整える		【黄】 主にエネルギーとなる		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群				
7	火	ご飯	○	ポークカレー イタリアンサラダ アップルシャーベット	豚肉 白いんげん豆	牛乳	人参 パプリカ ブロッコリー	玉ねぎ にんにく 枝豆 キャベツ きゅうり りんご	米 じゃが芋	サラダ油 カレールウ ドレッシング	814	24.7	22.4	2.3
8	水	ご飯	○	マーボー豆腐 ハンパソウザラダ 黒糖大豆	豚肉 大豆 みそ 豆腐 鶏肉	牛乳	人参 ピーマン にら	干しいたけ 長ねぎ にんにく もやし きゅうり	米 砂糖 澱粉 黒糖	サラダ油 ごま油 ドレッシング	785	36.6	21.6	2.5
9	木	きなこ揚げパン	○	れんこんの和風ドレッシングサラダ ABCマカロニのミネストローネ 十勝ヨーグルト	鶏肉 ベーコン 大豆 きなこ	牛乳 ヨーグルト ひじき	パプリカ 人参 トマト	れんこん 玉ねぎ きゅうり にんにく もやし キャベツ セロリー	パン マカロニ 砂糖 大豆油	オリーブオイル ドレッシング	864	30.4	33.7	2.9
10	金	ご飯	○	鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 春野菜のみそ汁	鶏肉 かつお節 ちくわ 厚揚げ 油揚げ	みそ 牛乳 こんぶ	人参 切干大根 干しいたけ えのき 玉ねぎ キャベツ しょうが	米 砂糖 じゃが芋	サラダ油	765	32.2	22.6	2.7	
☆お祝い給食☆														
13	月	ご飯	○	ハンバーグトマトソース もやしとピーマンのソテー 祝い汁 お祝いいちごゼリー	鶏肉 豚肉 なると かつお節	牛乳 わかめ こんぶ	トマト ピーマン 人参 ほうれん草	玉ねぎ もやし 長ねぎ 干しいたけ 大根 にんにく	米 ゼリー 砂糖	バター サラダ油	757	29.4	21.7	2.8
14	火	ご飯	○	赤魚の一夜干し ごぼうサラダ 肉じゃが	赤魚 豚肉 かつお節	牛乳	人参 ごぼう しらたき きゅうり 玉ねぎ 枝豆	米 じゃが芋 砂糖 ごま	サラダ油 マヨネーズ	790	32.9	21.4	2.2	
15	水	ご飯	○	子持ちししゃものフリッター(2本) 焼肉サラダ 芋団子汁 食べ比べりんご	ししゃも 豚肉 なると かつお節	牛乳 こんぶ あおさ	人参 小松菜	にんにく もやし コーン きゅうり 大根 しょうが 長ねぎ 干しいたけ りんご	米 芋団子 小麦粉 砂糖 ごま	大豆油 サラダ油 ごま油 ごま	779	26.6	32.1	2.8
16	木	コッペパン	○	鶏肉のハニーマスタード焼き かんきつドレッシングのサラダ つぶつぶコーンポタージュ	鶏肉 ツナ	牛乳 スキムミルク	ブロッコリー 人参 パプリカ パセリ	しょうが カリフラワー きゅうり 玉ねぎ コーン	パン はちみつ サラダ油 生クリーム	808	35.5	29.4	3.7	
17	金	わかめご飯	○	鶏肉と野菜のうま煮 切干大根のサラダ 豆乳プリンタルト	鶏肉 厚揚げ ハム かつお節	牛乳 わかめ	小松菜 人参	大根 枝豆 れんこん きゅうり こんにゃく 切干大根	米 里芋 砂糖 タルト	サラダ油	821	26.7	24.4	3.3
20	月	ご飯	○	ソースカツ 塩こんぶ和え 里芋入りみそ汁 チーズ	豚肉 かつお節 みそ 油揚げ	牛乳 こんぶ チーズ	人参 小松菜	キャベツ きゅうり もやし しめじ 玉ねぎ	米 砂糖 パン粉 澱粉 里芋	大豆油 ごま	789	30.0	25.7	3.0
21	火	ご飯	○	野菜いろいろ肉団子(2個) ナムル 春キャベツと大根のオスターソース煮 小魚大豆	豚肉 鶏肉 なると 大豆	牛乳 かたくちいわし あおさ	ほうれん草 人参 小松菜	キャベツ たけのこ 玉ねぎ 大根 干しいたけ 枝豆 しょうが しめじ もやし	米 砂糖 澱粉 サラダ油	ごま ごま油	815	33.8	25.9	2.7
22	水	ご飯	○	豚丼 ツナ入り中華ドレッシングサラダ アセロラミルク	豚肉 ツナ	牛乳	ブロッコリー 人参	切干大根 玉ねぎ えのき しらたき きゅうり もやし	米 砂糖 ゼリー	サラダ油 ドレッシング	825	32.0	23.4	2.9
23	木	パンネツナ トマトソース	○	かぼちゃコロック わかめサラダ 原宿チーズドック	ツナ	牛乳 チーズ わかめ	ブロッコリー トマト パセリ 人参 かぼちゃ	玉ねぎ キャベツ にんにく もやし きゅうり	パンネ 小麦粉 原宿ドック パン粉	ドレッシング 大豆油 オリーブオイル 生クリーム	743	28.4	29.9	3.4
☆神崎おいしいもの給食☆														
24	金	ご飯	○	たらのレモンソースがけ きゅうりのおかか和え 鶏肉と野菜のみそ煮	たら 鶏肉 かつお節 厚揚げ	みそ 牛乳	人参	きゅうり レモン ごぼう 大根 れんこん 枝豆 しょうが こんにゃく	米 澱粉 砂糖 サラダ油	大豆油 ごま油	759	33.3	22.1	2.1
27	月	ご飯	○	ポテトとお米のささみカツ 豚肉とごぼうの炒め煮 大根と油揚げのみそ汁	鶏肉 豚肉 みそ 油揚げ かつお節	牛乳 こんぶ	人参 小松菜	ごぼう えのき つきこんにゃく 大根 長ねぎ	米 じゃが芋 砂糖 サラダ油	大豆油 ごま	753	31.9	22.2	2.4
28	火	ご飯	○	トンテキ 磯和え 豆腐とわかめのみそ汁	豚肉 豆腐 かつお節 みそ	牛乳 わかめ こんぶ のり	ほうれん草 人参 小松菜	にんにく えのき 長ねぎ	米 小麦粉 砂糖 じゃが芋	サラダ油	776	32.0	25.7	2.4
30	木	食パン (いちごジャム)	○	オムレツ甘酒ケチャップソース ツナサラダ ポークビーンズ	卵 ツナ ベーコン 大豆 豚肉 いんげん豆	牛乳	トマト ブロッコリー 人参	玉ねぎ キャベツ きゅうり レモン	パン ジャム じゃが芋 甘酒 砂糖	オリーブオイル サラダ油	777	33.5	26.9	3.5

※都合により献立や材料を変更することがあります。ご了承ください。裏面もご覧ください。



学校給食 摂取基準	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	830kcal 27.0~41.5g 18.4~27.7g 2.5g未満
--------------	-------------------------------	---