



令和8年度 4月予定献立表

谷端小学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	行事	アレルギー対応 (飲用牛乳除く)
7 火	親子丼	○	鶏肉, ★鶏卵	精白米, おおむぎ, サラダ油, 白玉麩, 砂糖	根深ねぎ, 玉葱, こまつな	612 kcal	給食始 (2~6年)	卵
	具だくさん汁		豚肉, みそ	さといも	ごぼう, にんじん, だいこん, 根深ねぎ, こまつな	23.7 g		
	果物 (清見オレンジ)				きよみオレンジ	18.9 g		
						2.1 g		
8 水	気になる野菜ジュース	○			気になる野菜ジュース	594 kcal	入学式 特別時程	パン 粉チーズ 牛乳 バター ヨーグルト
	ジャムパン			★コッペパン	いちごジャム	19.4 g		
	ホワイトシチュー		鶏肉, 白いんげん(ペースト), ★粉チーズ, ★調理用牛乳, 豆乳	さつまいも, サラダ油, 小麦粉, ★バター	玉葱, にんじん, ブロccoli, ホールコーン	13.0 g		
	ヨーグルト		★ヨーグルト			1.8 g		
9 木	マーボー丼	○	押し豆腐, 鶏ひき肉, 大豆, みそ	精白米, おおむぎ, サラダ油, ごま油, 片栗粉	干しいたけ, にんにく, しょうが, 根深ねぎ, にんじん, たけのこ(水煮), 玉葱, にら	580 kcal		
	塩豚汁		豚小間肉, かつお節	サラダ油, じゃがいも	しょうが, ごぼう, にんじん, だいこん, 根深ねぎ	28.8 g		
	果物 (いちご)				いちご	16.5 g		
						2.2 g		
10 金	ツナそぼろごはん	○	ツナ, 鶏ひき肉, 大豆, ★鶏卵	精白米, おおむぎ, 砂糖, サラダ油	しょうが, さやいんげん	566 kcal	1年生 給食開始	卵
	みそしる		生揚げ, みそ	こんにゃく, じゃがいも, サラダ油	ごぼう, だいこん, 切干大根, にんじん, 根深ねぎ, こまつな	26.4 g		
						21.4 g		
						2.1 g		
13 月	ケチャップライスのチキンクリームソースがけ	○	鶏肉	精白米, サラダ油	トマトジュース, 玉葱, にんじん, 青ピーマン	578 kcal		
	もやしのカレー風味サラダ		鶏肉, 豆乳	サラダ油, じゃがいも, マーガリン	玉葱, マッシュルーム, 赤ピーマン	20.2 g		
				サラダ油, 砂糖	キャベツ, にんじん, りょくとうもやし	21.9 g		
						2.0 g		
14 火	乳酸飲料	○	★ジョア (プレーン)			634 kcal	保護者会 (4~6年)	ジョア パン
	フィッシュバーガー		ホキ	★丸パン, 薄力粉, パン粉, 大豆油, 砂糖		25.8 g		
	ワンタンスープ		鶏肉	じゃがいも, ごま油	にんじん, りょくとうもやし, はくさい, 根深ねぎ, チンゲンツァイ	18.1 g		
	豆乳ココアケーキ		豆腐, 豆乳	砂糖, サラダ油, 小麦粉, 粉糖		2.8 g		
15 水	カレーライス	○	豚小間肉, ★粉チーズ	精白米, おおむぎ, サラダ油, じゃがいも, 小麦粉	玉葱, にんにく, しょうが, にんじん, グリンピース	576 kcal		粉チーズ
	春雨サラダ			はるさめ, 砂糖, ごま油, サラダ油	にんじん, キャベツ, 切干大根, りょくとうもやし	17.3 g		
						17.1 g		
						2.4 g		
16 木	きびごはん	○		精白米, きび		604 kcal	保護者会 (1~3年)	うずら卵 マヨネーズ
	魚のタルタル焼き		パサ, ★うずら卵	★マヨネーズ, パン粉	玉葱	27.6 g		
	豚汁		豚肉, 豆腐, みそ	こんにゃく, じゃがいも, サラダ油	ごぼう, だいこん, にんじん, 根深ねぎ	23.5 g		
						2.0 g		
17 金	わかめご飯	○	わかめご飯の素	精白米		631 kcal		
	鶏のから揚げ		鶏肉	片栗粉, 小麦粉, 大豆油	しょうが, にんにく	23.4 g		
	具だくさんみそ汁		豆腐, みそ	サラダ油, じゃがいも	ごぼう, だいこん, にんじん, たけのこ水煮, 根深ねぎ, こまつな	25.6 g		
						2.6 g		
20 月	麦ご飯	○		精白米, おおむぎ		695 kcal		
	サバの塩焼き		塩サバ			31.7 g		
	カレー肉じゃが		豚肉	じゃがいも, しらたき, サラダ油, 砂糖	玉葱, にんじん, さやいんげん	22.4 g		
	サイダーゼリー		粉寒天	砂糖		2.4 g		
21 火	中華丼	○	豚肉, ★いか, ★むきえび, なた, ★うずら卵	精白米, おおむぎ, サラダ油, ごま油, 片栗粉	たけのこ(水煮), 干しいたけ, ぶなしめじ, しょうが, にんじん, 玉葱, はくさい	628 kcal		いか えび うずら卵
	いそべ豆		大豆, あおのり	片栗粉, 大豆油		31.6 g		
	生揚げの中華スープ		鶏こま肉, 生揚げ	ごま油	にんじん, はくさい, えのきたけ, にら, 根深ねぎ	21.9 g		
						2.8 g		
22 水	麦ご飯	○		精白米, おおむぎ		611 kcal		
	照り焼きハンバーグ		豚肉, 鶏ひき, 大豆, 豆腐	パン粉, サラダ油, 砂糖, 片栗粉	玉葱, にんじん	26.3 g		
	ジャーマンポテト		ベーコン	じゃがいも, サラダ油	玉葱	18.8 g		
	みそ汁		豆腐, みそ	糸こんにゃく	たけのこ(水煮), にんじん, だいこん	2.8 g		

23 木	やばたーぱん	○	★脱脂粉乳	強力粉, 砂糖, ★バター		619 kcal		パン
	ポークビーンズ		豚肉, いんげんまめ	サラダ油, じゃがいも, 砂糖	にんにく, 玉葱, にんじん, だいこん, さやいんげん	24.8 g		
	ワンタンのパリパリサラダ		ひじき	ワンタンの皮, サラダ油, ごま油, 砂糖	こまつな, にんじん, りょくとうもやし, 玉葱	25.7 g		
						2.6 g		
24 金	子ぎつね寿司	○	鶏ひき肉, 油揚げ	精白米, 砂糖, サラダ油	にんじん, 干ししいたけ	560 kcal		
	ししゃもの磯辺揚げ		ししゃも, あおのり	小麦粉, 大豆油		23.4 g		
	若竹汁		豆腐, わかめ		たけのこ(水煮), にんじん, こまつな	24.0 g		
						2.5 g		
27 月	みそラーメン	○	鶏ひき肉, 大豆, なた, みそ	蒸し中華めん, サラダ油, ごま油	にんにく, しょうが, チンゲンツァイ, 根深ねぎ, ホールコーン, キャベツ, りょくとうもやし	603 kcal		
	揚げぎょうざ		鶏ひき肉	ごま油, 小麦粉, ぎょうざの皮, 大豆油, 砂糖	にら, キャベツ, しょうが, にんにく, 根深ねぎ	25.5 g		
	果物(美生柑)				美生柑	19.1 g		
						3.0 g		
28 火	麦ごはん	○		精白米, おおむぎ		606 kcal	離任式	
	すき焼き風肉豆腐		豚小間肉, 押し豆腐, 削り節	サラダ油, しらたき, 砂糖	玉葱, にんじん, 干ししいたけ, はくさい, 根深ねぎ	25.6 g		
	わかめサラダ			サラダ油, 砂糖, 白いりごま	きゅうり, キャベツ, ホールコーン	18.8 g		
						1.4 g		
30 木	たけのご飯	○	油揚げ	精白米, おおむぎ, 砂糖	にんじん, 干ししいたけ, たけのこ水煮, さやえんどう	556 kcal		卵
	魚のみそだれがけ		さば, みそ	砂糖		29.7 g		
	からし和え				りょくとうもやし, こまつな, にんじん, キャベツ	18.9 g		
	かきたま汁		豆腐, ★鶏卵, 削り節		こまつな, えのきたけ, 根深ねぎ	3.1 g		

※アレルギー食品には★を表示しています。使用している食材をすべて記載しているわけではありません。

※アレルギー等で知りたい食品や給食に関するお問い合わせは、栄養士までご相談ください。

※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。