



# 4月 こんだてよていひょう

(小学生用)

八街市学校給食センター

令和8年

ひにち	ようび	しゅしよく	はしのひ	牛乳	ふくしよく	おもなざいりょうとはたらき			エネルギー			
						ち・にく・ほねのもとになる	からだのちようしをととのえる	ちから・ねつのもとになる	たんぱくしつ	しつ		
8	水	むぎごはん		○	オムレツ ポークカレー コールスローサラダ	たまご ぶたにく ぎよにくソーセージ	牛乳 チーズ スキムミルク	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら	641 kcal 24.9 g 20.2 g 2.2 g	
9	木	しよくパン (チョコクリーム)		○	あじマスタードパンこやき わやさいチャウダー カラフルゼリー	あじ とりにく あさり	牛乳 チーズ スキムミルク	パセリ にんじん こまつな	たまねぎ ながねぎ はくさい パイン もも	パン さとう パンこ さといも	あぶら	638 kcal 28.3 g 19.2 g 2.2 g
10	金	ごはん	☆	○	はるまき ジャジャンドーフ カルてつサラダ	ぶたにく あつあげ ぎよにくソーセージ	牛乳 ひじき チーズ	にんじん いんげん きゅうり	しいたけ たまねぎ キャベツ ながねぎ	こめ さとう こむぎ はるさめ じゃがいも	あぶら	653 kcal 23.3 g 24.3 g 2.0 g
13	月	ごはん		○	*にゆうがく・しんきゆうおめでどうこんだて* ハヤシソース シーフードマリネ おめでどうデザート		ぶたにく いか えび ツナ とうにゆう	にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム きゅうり	こめ じゃがいも さとう	あぶら	634 kcal 26.6 g 18.5 g 1.9 g	
14	火	こくとうパン		○	ハンバーグ・トマトソース やさいスープ ジャーマンポテト	とりにく ぶたにく かまぼこ ベーコン	牛乳	トマト にんじん チンゲンサイ パセリ	たまねぎ キャベツ えのきたけ	パン さとう じゃがいも	あぶら バター	576 kcal 29.1 g 20.5 g 2.7 g
15	水	むぎごはん	☆	○	れんこんチップス とんじる ねぎまどんのぐ	ぶたにく とうふ とりにく	牛乳	にんじん しょうが	だいこん れんこん ながねぎ ごぼう	こめ むぎ こむぎ さといも さとう	あぶら ごまあぶら でんぶん	650 kcal 30.1 g 21.1 g 1.9 g
16	木	はちみつ パン	☆	○	にくだんごあまずあん(2こ) きつねうどん フルーツしらたま	とりにく ぶたにく あぶらあげ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ だいこん ながねぎ パイン	パン さとう でんぶん うどん	あぶら しらたまもち	624 kcal 27.4 g 17.5 g 2.1 g
17	金	ごはん	☆	○	さばしおやき ちくぜんに きりぼしだいこんのごまずあえ	さば とりにく ツナ	牛乳	にんじん いんげん こまつな	たけのこ ごぼう しいたけ きりぼしだいこん	こめ さといも さとう	あぶら ごま	627 kcal 28.3 g 22.9 g 2.0 g
20	月	ごはん	☆	○	たけのこしゅうまい(2こ) おにくたつぷりホイコーロー はるさめスープ ヨーグルト <sup>㊟</sup>	たら とりにく ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	にんじん チンゲンサイ メンマ	キャベツ しょうが たけのこ にんにく しいたけ たまねぎ	こめ こむぎ はるさめ さとう でんぶん	ごまあぶら ごま あぶら でんぶん	668 kcal 33.1 g 16.4 g 2.4 g
21	火	パンプキン パン		○	ポークビーンズ ごぼうサラダ むらさきいももち	ぶたにく だいず	牛乳 かいそう	にんじん トマト いんげんまめ	にんにく えだまめ たまねぎ キャベツ マッシュルーム ごぼう	パン もちこ じゃがいも むらさきいも ごま さつまいも さとう	あぶら あぶら あぶら ごま	650 kcal 25.5 g 24.0 g 1.7 g
22	水	むぎごはん	☆	○	メンチカツ あつあげとやさいのうまに ばんかん	とりにく ぎゅうにく ぶたにく あつあげ	牛乳	にんじん	たまねぎ えだまめ しいたけ ばんかん	こめ むぎ パンこ さといも さとう	でんぶん あぶら	667 kcal 23.8 g 23.7 g 1.6 g
23	木	ミルクロール (いちごジャム)		○	マカロニグラタン ようふうたまごスープ アスパラとれんこんのソテー	とりにく たまご ベーコン	牛乳 チーズ	パセリ にんじん チンゲンサイ アスパラガス	たまねぎ れんこん コーン	パン さとう マカロニ パンこ	バター あぶら こむぎ	610 kcal 28.7 g 24.8 g 2.7 g
24	金	ごはん		○	チキンナゲット(2こ) おまめのキーマカレー かいそうサラダ	とりにく おから ぶたにく だいず	牛乳 チーズ スキムミルク かいそう	にんじん トマト しょうが えんどうまめ コーン	にんにく ひよこまめ いんげんまめ たまねぎ キャベツ コーン	こめ さとう こむぎ	あぶら	666 kcal 31.6 g 21.4 g 2.6 g
27	月	ごはん	☆	○	あつやきたまご わかたけみそしる ぶたキムチ とうにゆうプリン <sup>㊟</sup>	たまご あぶらあげ ぶたにく とうにゆう	牛乳 わかめ	にんじん いんげん こまつな にら とうがらし	にんにく ひよこまめ はくさい にんにく だいこん たまねぎ	こめ さとう じゃがいも	あぶら	637 kcal 31.5 g 19.2 g 2.4 g
28	火	ココアパン		○	なのはなコロッケ ABCスープ とりにくのいろどりにこみ	ぶたにく ウインナー とりにく だいず	牛乳	なのはな にんじん こまつな コーン パプリカ ズッキーニ	たまねぎ にんにく キャベツ コーン ズッキーニ	パン じゃがいも パンこ マカロニ	あぶら	649 kcal 28.1 g 28.0 g 2.3 g
30	木	まるパン		○	チキンカツ・アップルソース カレーミートパンネ ベリーヨーグルトあえ	とりにく ベーコン だいず	牛乳 ヨーグルト	にんじん パプリカ トマト しょうが	ズッキーニ たまねぎ セロリ にんにく いちご マッシュルーム	パン あぶら パンこ ペンネ さとう	あぶら	652 kcal 30.4 g 21.4 g 2.4 g

令和8年度から小学校の給食費は、国等の公費負担になります。

学校給食摂取基準  
児童(8~9歳)

エネルギー 650kcal  
たんぱくしつ 21.1~32.5g  
しつ 14.4~21.7g  
食塩相当量 2.0gみまん

※食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

※㊟は、ごはん、パン、牛乳以外で、業者より直接学校へ配送されるものです。

にゆうがく しんきゆう  
**ご入学・ご進級**  
おめでとうございます

こんねんと みな  
今年度も、皆さんにおいしく  
食べてもらえるよう心を込め  
て調理します。

給食センターで気をつけていること  
学校給食の献立は、栄養士が次のようなことを考えて作っています。

- \*栄養のバランスがとれるように
- \*好き嫌いがなくなるように
- \*季節感を出せるように
- \*衛生的・安全であるように
- \*その他  
(予算に収まるように、配送時間に間に合うように など)

給食を食べることで、食材の味や食文化などを学ぶことができます。

よくかんで味わって食べましょう。