

# 学校給食献立予定表 《小学校及び義務教育学校(前期課程)》



令和8年4月

日高市学校給食センター

日	曜	主食	おかず	体を作る もとなる食品	エネルギーの もとなる食品	体の調子を整える もとなる食品	エネルギー kcal	たん 白質 g	備考
13	月	ごはん	沢煮椀 ★豚肉の元気ソースかけ こんにやくのおかか煮	牛乳 豚肉 油あげ さつまあげ かつお節	ごはん 油 砂糖 ラー油	にんじん ごぼう だいこん こんにやく えのき 長ねぎ たまねぎ にんにく さやいんげん	556	28.0	★新学期が始まりました♪ みなさんがこれから1年間元気に 過ごせるように、「豚肉の元気 ソースかけ」を提供します!
14	火	中華めん	みそラーメンの汁 肉団子のもち米蒸し(2こ) わかめとキャベツの中華炒め	牛乳 豚肉 わかめ みそ 肉団子のもち米蒸し	中華めん ごま油 ごま	にんじん コーン もやし しょうが にんにく 長ねぎ にら キャベツ	642	28.6	
15	水	ごはん	★新じゃがのうま煮 ★ハガツオの照り焼き	牛乳 豚肉 さつまあげ ハガツオの照り焼き	ごはん 油 じゃがいも 砂糖	にんじん たまねぎ こんにやく しいたけ	553	29.9	★新じゃがいもは、春に収穫 したばかりのじゃがいもを 言い、ビタミンCが豊富です。 ★骨に注意して食べましょう。
16	木	子どもパン スライス	ABCスープ ★ハンバーグオーロラソース えだまめとコーンのソテー	牛乳 ベーコン ハンバーグ	子どもパンスライス じゃがいも 油 ABCマカロニ 砂糖	にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム えだまめ コーン	577	22.4	★パンに挟んで、ハンバー ガーにして食べられます。
17	金	ごはん	春雨スープ 鶏肉のマヨネーズ焼き プチまるチーズ(2こ)	牛乳 豚肉 鶏肉 プチまるチーズ	ごはん はるさめ ごま油 卵不使用マヨネーズ	にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンサイ しょうが	610	28.6	
20	月	地粉うどん	肉うどんの汁 厚焼き卵 きんぴらごぼう	牛乳 豚肉 油あげ 厚焼き卵	地粉うどん 砂糖 ごま ごま油	にんじん えのき ほうれん草 長ねぎ ごぼう	629	29.9	
21	火	コッペパン	ポークビーンズ ハッシュポテト	牛乳 豚肉 大豆 ウインナー	コッペパン 油 じゃがいも 砂糖 ハッシュポテト	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト	565	21.5	1年生の給食開始日です!
22	水	ごはん	八宝菜(うずら卵なし) ショールンポー(2こ)	牛乳 豚肉 いか えび ショールンポー	ごはん 油 砂糖 でんぷん	しょうが にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ もやし はくさい	644	24.0	
23	木	わかめ ごはん	豚汁 ★さばのみそ煮 切り干し大根の炒め煮	牛乳 豚肉 油あげ 豆腐 みそ さばのみそ煮	わかめごはん 油 じゃがいも 砂糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ 切干大根 さやいんげん	617	30.2	★骨に注意して食べましょ う。
24	金	ごはん	ポークカレー コーンフライ ★お祝いデザート	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	ごはん バター 油 じゃがいも コーンフライ お祝いデザート	にんにく にんじん たまねぎ	740	21.6	★みなさん進級・入学おめで うございます!給食センターから 祝福の気持ちを込めて、お祝い デザートを提供します。
27	月	ごはん	たまねぎと油あげのみそ汁 鶏肉のピリ辛焼き にんじんしりしり	牛乳 油あげ みそ わかめ 鶏肉 かつお節 ツナフレーク	ごはん じゃがいも 油 ごま油	たまねぎ こまつな にんじん もやし	554	27.4	
28	火	ごはん	厚揚げマーボー にらまんじゅう(2こ)	牛乳 豚肉 生あげ にらまんじゅう	ごはん 油 砂糖 でんぷん	にんにく しょうが にんじん たけのこ しいたけ 長ねぎ	670	25.7	
29	水	🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈 <b>昭和の日</b> 🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈							
30	木	食パン	★☆アスパラガスのクリーム煮 ウインナー焼き(2ほん) キャベツとツナのホットサラダ	コーヒーミルク チーズ ベーコン 牛乳 ウインナー ツナフレーク	食パン 油 砂糖 じゃがいも 小麦粉	たまねぎ にんじん アスパラガス グリーンピース キャベツ レモン	677	24.3	★アスパラガスは、春が旬の食 べ物です。疲労回復を助ける栄 養素が多く含まれています。

※入荷の都合により、献立を変更することがあります。  
※たけのこには、まれに白いものが付着することがあります。  
これは、元々たけのこに含まれている成分(チロシン)であり、問題ありません。  
※今月使用する果物は全て加熱処理をしたものです。  
※☆印が付いている献立には、調理用の牛乳が含まれています。

平均栄養価	618	26.3
-------	-----	------

**今月の地場産物** ※地場産物...日高市産 埼玉県産

「はし」と「スプーン」を  
毎日持ってきましょう!  
使ったあとは家に持ち帰り  
きれいに洗いましょう。

**ご入学・ご進級  
おめでとうございます**

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日  
の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めてい  
きたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願  
いいたします。

**学校給食から学べること**

- 健康に良い食事のとり方
- 年中行事や行事食
- 日本や世界の食文化
- 食事のマナー
- 環境への配慮
- 感謝の心 など

給食センターの  
おいしい給食  
おたのしみ。

# 学校給食献立予定表 《中学校及び義務教育学校(後期課程)》



令和8年4月

日高市学校給食センター

日	曜	主食	おかず	体を作る もとなる食品	エネルギーの もとなる食品	体の調子を整える もとなる食品	エネルギー kcal	たん 白質 g	備考
13	月	ごはん	沢煮椀 ★豚肉の元気ソースかけ こんにやくのおかか煮	牛乳 豚肉 油あげ さつまあげ かつお節	ごはん 油 砂糖 ラー油	にんじん ごぼう だいこん こんにやく えのき 長ねぎ たまねぎ にんにく さやいんげん	700	34.2	★新学期が始まりました♪ みなさんがこれから1年間元気に過ごせるように、「豚肉の元気ソースかけ」を提供します!
14	火	中華めん	みそラーメンの汁 肉団子のもち米蒸し(3個) わかめとキャベツの中華炒め	牛乳 豚肉 わかめ みそ 肉団子のもち米蒸し	中華めん ごま油 ごま	にんじん コーン もやし しょうが にんにく 長ねぎ なら キャベツ	759	33.5	
15	水	ごはん	★新じゃがのうま煮 ★ハガツオの照り焼き	牛乳 豚肉 さつまあげ ハガツオの照り焼き	ごはん 油 じゃがいも 砂糖	にんじん たまねぎ こんにやく しいたけ	723	40.6	★新じゃがいもは、春に収穫したばかりのじゃがいもを言い、ビタミンCが豊富です。 ★骨に注意して食べましょう。
16	木	子どもパン スライス	ABCスープ ★ハンバーグオーロラソース えだまめとコーンのソテー	牛乳 ベーコン ハンバーグ	子どもパンスライス じゃがいも 油 ABCマカロニ 砂糖	にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム えだまめ コーン	761	29.3	★パンに挟んで、ハンバーガーにして食べられます。
17	金	ごはん	春雨スープ 鶏肉のマヨネーズ焼き プチまるチーズ(3個)	牛乳 豚肉 鶏肉 プチまるチーズ	ごはん はるさめ ごま油 卵不使用マヨネーズ	にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンサイ しょうが	774	36.2	
20	月	地粉うどん	肉うどんの汁 厚焼き卵 きんぴらごぼう	牛乳 豚肉 油あげ 厚焼き卵	地粉うどん 砂糖 ごま ごま油	にんじん えのき ほうれん草 長ねぎ ごぼう	762	35.5	
21	火	コッペパン	ポークビーンズ ハッシュポテト	牛乳 豚肉 大豆 ウインナー	コッペパン 油 じゃがいも さ ハッシュポテト	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト	712	27.0	小学1年生の給食開始日です!
22	水	ごはん	八宝菜(うずら卵なし) ショーロンポー(2個)	牛乳 豚肉 いか えび ショーロンポー	ごはん 油 砂糖 てんぷん	しょうが にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ もやし はくさい	771	29.0	
23	木	わかめ ごはん	豚汁 ★さばのみそ煮 切り干し大根の炒め煮	牛乳 豚肉 油あげ 豆腐 みそ さばのみそ煮	わかめごはん 油 じゃがいも 砂糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ 切干大根 さやいんげん	763	36.7	★骨に注意して食べましょう。
24	金	ごはん	ポークカレー コーンフライ ★お祝いデザート	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	ごはん バター 油 じゃがいも コーンフライ お祝いデザート	にんにく にんじん たまねぎ	870	25.8	★みなさん進級・入学おめでとう ございます!給食センターから 祝福の気持ちを込めて、お祝い デザートを提供します。
27	月	ごはん	たまねぎと油あげのみそ汁 鶏肉のピリ辛焼き にんじんしりしり	牛乳 油あげ みそ わかめ 鶏肉 かつお節 ツナフレーク	ごはん じゃがいも 油 ごま油	たまねぎ こまつな にんじん もやし	701	33.4	
28	火	ごはん	厚揚げマーボー にらまんじゅう(3個)	牛乳 豚肉 生あげ にらまんじゅう	ごはん 油 砂糖 てんぷん	にんにく しょうが にんじん たけのこ しいたけ 長ねぎ	876	32.8	
29	水	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 昭和の日 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸							
30	木	食パン	★☆アスパラガスのクリーム煮 ウインナー焼き(3本) キャベツとツナのホットサラダ	牛乳 コーヒーマルク チーズ ベーコン 牛乳 ウインナー ツナフレーク	食パン 油 砂糖 じゃがいも 小麦粉	たまねぎ にんじん アスパラガス グリーンピース キャベツ レモン	865	30.2	★アスパラガスは、春が旬の食べ物です。疲労回復を助ける栄養素が多く含まれています。

※入荷の都合により、献立を変更することがあります。

※たけのこには、まれに白いものが付着することがあります。

これは、元々たけのこに含まれている成分(チロシン)であり、問題ありません。

※☆印が付いている献立には、調理用の牛乳が含まれています。

平均栄養価	772	32.6
-------	-----	------

**今月の地場産物** ※地場産物...日高市産 埼玉県産

にんじん 長ねぎ  
キャベツ チンゲンサイ こまつな

「はし」と「スプーン」を毎日持ってきましょう!使ったあとは家に持ち帰り、きれいに洗いましょう。

**ご入学・ご進級  
おめでとうございます**

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

**学校給食から学べること**

- 健康に良い食事のとり方
- 年中行事や行事食
- 日本や世界の食文化
- 食事のマナー
- 環境への配慮
- 感謝の心 など

給食センターの  
おいしい給食  
おたのしみに。