

令和8年4月分 学校給食献立一覧表


日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものとなる		おもに体の調子を整えるものとなる		おもにエネルギーのもととなる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	
13 月	〈入学・進級祝い給食〉								
	赤飯 牛乳			牛乳			米 あずき	ごま塩	620
	すまし汁		豆腐 桜かまぼこ	わかめ	にんじん				
	トンカツ		ぶた肉 大豆				パン粉	油	795
	ひじきの炒め煮		とり肉 油あげ	ひじき	にんじん さやいんげん	こんにゃく	砂糖	油	
お祝いゼリー (中)	直送				さくらんぼ レモン	砂糖			
14 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	がんもどきと野菜の煮物		とり肉 がんもどき		にんじん	こんにゃく たまねぎ えだまめ	じゃがいも 砂糖	油	694
	さばの塩焼き		さば						851
	きゅうりの塩昆布あえ			塩こんぶ		きゅうり キャベツ もやし		ごま油	
15 水	ジャーマンポテトサンド 牛乳	ジャーマンポテトをタルタルソース (個袋) であえ、パンにはさんで食べましょう	ベーコン	牛乳			サンドイッチロールパン じゃがいも	タルタルソース	623
	ミネストローネ	スプーン	とり肉 大豆 レッドキドニー		にんじん トマト	たまねぎ キャベツ	ひよこ豆 砂糖	油	741
	甘夏	ビニール手袋				甘夏			
16 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	なめこ汁		豆腐 油あげ みそ		ねぎ	だいこん なめこ			623
	鶏肉の竜田揚げ		とり肉			しょうが	でんぶん	油	762
	五目きんぴら		ぶた肉		にんじん	こんにゃく ごぼう	砂糖	ごま ごま油 油	
17 金	〈小学1年生給食開始〉								
	カレーライス 牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが	米 じゃがいも	油 カレールウ	667
	オムレツ		卵				砂糖 でんぶん	油	810
野菜のマリネ		ハム		パセリ バジル	だいこん キャベツ きゅうり	砂糖	オリーブ油		
20 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	マーボー豆腐		ぶた肉 牛肉 豆腐 みそ		ねぎ	たまねぎ しょうが	砂糖 でんぶん	ごま油 油	636
	しゅうまい	小2こ 中3こ	ぶた肉 大豆			たまねぎ しょうが	でんぶん 小麦粉 砂糖	ごま油	797
	三色ナムル				にんじん チンゲンサイ	もやし		ごま油	
21 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	五目汁		生あげ かまぼこ		にんじん ねぎ	しめじ			646
	あじフライ		あじ				小麦粉 パン粉	油	784
	大根サラダ	和風ドレッシング (個袋)		わかめ		だいこん きゅうり とうもろこし		和風ドレッシング	
22 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	いりどり		とり肉 ちくわ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう しいたけ たけのこ	砂糖	油	602
	厚焼き卵		卵				砂糖 でんぶん	油	734
キャベツのごま酢あえ					キャベツ もやし	砂糖	ごま		
23 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	新じゃがのみそ汁		豆腐 みそ		こまつな	だいこん しめじ	じゃがいも		626
	おから入りハンバーグ		とり肉 ぶた肉 おから			たまねぎ	砂糖 でんぶん パン粉		761
	ハムサラダ		ハム		にんじん	キャベツ とうもろこし		玉ねぎドレッシング	
24 金	ロールパン 牛乳			牛乳			ロールパン		
	ベーコンと野菜のスープ煮	スプーン	ベーコン		にんじん チンゲンサイ	とうもろこし キャベツ		油	698
	ミンチカツ		ぶた肉 とり肉 大豆			たまねぎ	パン粉 でんぶん 砂糖	油	841
	ミックスベリーヨーグルト			ヨーグルト		いちご ブルーベリー	砂糖		
27 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	親子煮		とり肉 かまぼこ 卵		にんじん	たまねぎ しいたけ グリンピース	砂糖	油	660
	いわしのしょうが煮		いわし			しょうが	砂糖		813
即席漬		こんぶ		にんじん	たくあん キャベツ				
28 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	わかめスープ		なると	わかめ	ねぎ	とうもろこし もやし		ごま油 油	614
	肉だんごのうま煮		ミートボール		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ しいたけ	砂糖 でんぶん	油 ごま油	742
	お祝いゼリー (小)	直送				さくらんぼ レモン	砂糖		
	パイ (中)					パイ			
30 木	豚丼 牛乳		ぶた肉	牛乳		こんにゃく たまねぎ しょうが	米 砂糖	油	633
	白みそ汁		豆腐 油あげ みそ	わかめ	ねぎ	だいこん	じゃがいも		781
	ちぐさあえ		いか		チンゲンサイ	キャベツ もやし	砂糖	油 ごま	

※献立、材料は都合により変更することがあります。

ご入学・ご進級おめでとございます

桜の花の便りとともに、新しい学年がスタートしました。新しい生活に期待とやる気が満ちていることと思います。その反面、環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなります。睡眠をしっかりとり、朝ごはんを食べて登校するようにしましょう。


給食が学校生活の楽しみの一つとなり、また、みなさんの心と体の成長の手助けになるように、おいしくて栄養バランスのよい給食作りに取り組んでいきます。



季節の食べ物を食べよう 甘夏

甘夏は、春に旬をむかえる果物で、田原市でもたくさん作られています。甘夏には、ビタミンCやすっぱい味の成分(クエン酸)が多く含まれており、かぜ予防や、体の疲れやだるさをとってくれる動きがあります。また、ペクチン(食物繊維)には整腸作用があり、便秘を予防します。体調をくずしやすいこの時期に、ぜひ食べてほしい果物です。

15日(水)につきます。



田原市は 農業王国 作ったところがわかると安心だね

4月に使う田原産の野菜・果物



給食の情報は 田原市HPで検索

献立一覧表、給食だより、給食レシピなど掲載しています。



かみかみ献立

かみかみのある食材を使用した献立です。