



4月 学校給食献立予定表 (小学校)



2026.4 本渡学校給食センター

日付	主食	牛乳	おかず	主な材料						栄養量		
				あか		きいろ		みどり		エネルギー	たんぱく質	
				ちやくやほねになる		ねつやちからになる		からだのしょうしちをとのえる		kcal	g	
8	水	カットコッパン	牛乳	ポトフスープ スティックドック ごぼうサラダ	牛乳 ウインナー 牛肉 鶏肉	豚肉 ひじき	コッパン さとう	さとう ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	枝豆 パセリ ごぼう きゅうり	604	25.3
入学式(小学校・中学校)				牛乳	栄養味噌汁 かみかみバーグ かわり和え	豆乳 豚肉 鶏肉 豆腐 みそ	【いりこ】	米 ごま	たまねぎ ごぼう にんじん だいこん	小松菜 福神漬 きゅうり キャベツ	587	22.7
9	木	ごはん	牛乳	五目汁 照り焼きチキン しそきくらげ和え	牛乳 わかめ 鶏肉 豆腐	【かつお節・昆布】	米 麦 ごま	ごま	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ	きゅうり キャベツ きくらげ	618	27.8
10	金	わかめごはん	牛乳	豆乳クリームシチュー ミニオムレツ 小松菜サラダ お祝いデザート	牛乳 鶏肉 豆腐	スキムミルク 卵	ミルクパン 油	じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ ブロッコリー	小松菜 きゅうり とうもろこし	686	28.0
天草宝島デー(たけのこ)				牛乳	若竹汁 根菜入り平つくね 昆布和え	塩昆布 鶏肉	米 麦	さとう	ごぼう たまねぎ れんこん	しいたけ ねぎ にんじん キャベツ	596	22.0
14	火	麦ごはん	牛乳	麻婆厚揚げ にんじんシューマイ ナムル	牛乳 厚揚げ 豚肉 大豆	赤みそ みそ 魚すりみ ツナ	米 小麦粉 さとう	麦 ごま	たまねぎ にんじん しょうが	ねぎ もやし たけのこ しいたけ	636	23.9
15	水	麦ごはん	牛乳	魚そうめん汁 ホキ天玉揚げ ゆかり和え	牛乳 豆腐 魚すりみ 鶏肉	ホキ あおさ	米 小麦粉 さとう	油	にんじん たまねぎ 小松菜 ねぎ	もやし きゅうり しそ	626	23.8
16	木	ごはん	牛乳	春キャベツのスープ チキンナゲット② マカロニサラダ	牛乳 鶏肉 ウインナー ハム	【いりこ】	米 麦	じゃがいも マカロニ ノンエッグマヨネーズ	しめじ パセリ きくらげ キャベツ	きゅうり にんじん とうもろこし	698	21.6
17	金	チキンライス	牛乳	のっぺい汁 ちくわの磯辺揚げ たけのこのひこすり	牛乳 鶏肉 厚揚げ 竹輪	みそ 【かつお節・昆布】	米 さとう	ぶちまる君 ごま油	しいたけ にんじん だいこん ごぼう	ねぎ たけのこ	581	21.4
20	月	ぶちまるごはん	牛乳	キクラゲの中華スープ いわしおかか煮 ごまじゃこ和え	牛乳 豚肉 いわし	かつお節 ちりめん	米 麦	ごま	にんじん たまねぎ もやし キャベツ	きくらげ とうもろこし きゅうり ねぎ	617	25.3
21	火	麦ごはん	牛乳	ポークビーンズ 若どりのピカタ 根菜ツナ和え	牛乳 豚肉 大豆 鶏肉	ツナ 卵 チーズ	黒糖パン ごま	ごま 油	にんにく たまねぎ にんじん 枝豆	きゅうり ごぼう トマト	688	30.5
22	水	黒糖パン	牛乳	新玉ねぎのみそ汁 フリフライ ひじきの和え物	牛乳 豆腐 鶏肉 油揚げ わかめ	みそ ぶり ひじき 【いりこ】	米 さとう	さとう	えのきたけ にんじん たまねぎ	キャベツ きゅうり	666	25.9
23	木	ごはん	牛乳	肉団子スープ 和風きんぴら包み焼き 海藻サラダ	牛乳 鶏肉 海藻 ハム	豆腐	米 麦	春雨 ドレッシング	たまねぎ にんにく にんじん	きくらげ しめじ 小松菜 しそ キャベツ	602	22.1
24	金	麦ごはん	牛乳	コンソメスープ グリルチキン ブロッコリーサラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉	ツナ	丸パン じゃがいも 油	ドレッシング	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ	枝豆 パセリ とうもろこし ブロッコリー きゅうり	577	28.3
27	月	カット丸パン	牛乳	ポークカレー ミートハンバーグ フルーツカクテル	牛乳 豚肉 鶏肉 ススキムミルク	鶏肉 豆腐	米 麦	小麦粉 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ	グリーンピース トマト みかん りんご ぶどう	707	24.0
28	火	麦ごはん	牛乳	もすく中華スープ さわらフライ のり和え	牛乳 鶏肉 もすく 豆腐	さわら のり さば節	米 油	さとう ごま油	きくらげ にんじん たまねぎ	ねぎ キャベツ きゅうり	602	24.0
30	木	ごはん	牛乳									

4月の天草産の食材

米、きくらげ、しいたけ、いりこ、たけのこ、春キャベツ、ぶり



※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。