



4月こんだてひょう



令和8年度
御船町学校給食センター

●ごはん用おわん(パージュ) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう!

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー
					ねつやちからになる(き)	ちやにくやほねになる(あか)	からだのちょうしをととのえる(みどり)	たんぱく質
10	きん	ビーフカレー ライス(■麦ごはん)		■ビーフカレー ◆きりぼしだいこん切干大根のサラダ	こめ むぎ じゃがいも ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ツナ	たまねぎ にんじん えだまめ きりぼしだいこん きゅうり にんにく しょうが	645 23.0
13	げつ	●麦ごはん		○豚汁 ◆野菜の梅あえ ◆さわらフライ	こめ むぎ こんにゃく さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だし(いりこ) かつおぶし さわらフライ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり うめ	603 24.7
14	か	ミルクパン		○クリームシチュー ◆ひじきのマヨサラダ ★りんご	ミルクパン じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ひじき スキムミルク ちくわ	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり りんご	616 23.2
15	すい	おやこどん 親子丼(■麦ごはん)		■おやこどんの具 ◆わかめとツナのごまサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぷん ごま	ぎゅうにゅう とりにく たまご こおりとうふ わかめ ツナ	にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり	624 24.6
16	もく	●わかめごはん		○五目うどん ◆にんじんサラダ ヨーグルト	こめ むぎ うどんめん あぶら さとう	わかめ ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ いりこ(だし) ツナ たまご ヨーグルト	にんじん しめじ たまねぎ ねぎ きゅうり	608 24.4
17	きん	●麦ごはん		○厚揚げのそぼろ煮 ◆きくらげと春雨のあえもの ●手作りふりかけ	こめ むぎ こんにゃく さとう じゃがいも あぶら はるさめ ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず あつあげ かつおぶし あおのり ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ えだまめ コーン きゅうり きくらげ しょうが	627 23.3
20	げつ	ふるさとくまさんデー ～くまもとけん～ ●たけのこごはん		○はんぺん汁 ◆恐竜ナゲット ◆春野菜のごまあえ	こめ むぎ さとう あぶら ごま	とりにく あぶらあげ はんぺん ぎゅうにゅう きょうりゅう ナゲット わかめ だし(こんぶ・かつおぶし)	たけのこ にんじん しいたけ えだまめ ねぎ えのきたけ たまねぎ えんどう サラダ たまねぎ キャベツ	604 23.9
21	か	しゃく食パン		○ポークビーンズ ◆ツナとブロッコリーのサラダ ★手作りいちごジャム	しゃくパン じゃがいも ごま あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ツナ アガー	たまねぎ にんじん えだまめ ブロッコリー トマト にんにく いちご レモン きゅうり コーン	593 27.0
22	すい	●麦ごはん		○マーボー豆腐 ◆もやしのナムル ◆ししゃものガーリック焼き	こめ むぎ さとう でんぷん ごまあぶら あぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず ししゃも みそ	きくらげ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ もやし たら にんにく しょうが	608 25.0
23	もく	●麦ごはん		○かきたま汁 ◆御船川とツナのサラダ ◆さばの塩焼き	こめ むぎ じゃがいも ごま さとう でんぷん	ぎゅうにゅう わかめ たまご だし(かつおぶし) ツナ さば	たまねぎ にんじん きゅうり みふねがわ キャベツ	611 26.1
24	きん	ハヤシライス (■麦ごはん)		■ハヤシルウ ◆ココロビーンズサラダ	こめ むぎ ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ ぶたにく スキムミルク ミックスビーンズ	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト えだまめ きゅうり コーン にんにく	659 23.5
27	げつ	●麦ごはん		○さつま汁 ◆菜の花あえ ◆魚の和風ソース	こめ むぎ さつまいも さとう でんぷん あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく たまご いりこ(だし) みそ たら あおのり	にんじん だいこん ごぼう ねぎ キャベツ こまつな	651 23.1
28	か	チリコンカン サンド(コッ ペパン)		○クラムチャウダー ◆チリコンカン	コッペパン じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう あさり ベーコン スキムミルク だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー コーン えだまめ にんにく トマト	604 26.6
30	もく	●麦ごはん		○肉じゃが ◆野菜のカレーマヨサラダ ●手作り佃煮	こめ むぎ じゃがいも しらたき さとう ノンエッグマヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちくわ いりこ かつおぶし こんぶ	たまねぎ にんじん いんげん キャベツ きゅうり	611 23.8

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります。