



令和8年4月献立予定表 (小学校)



鏡野町学校給食共同調理場

太字の食材は鏡野産です。

日付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り よ う			加リー(kcal) タンパク(g)	
		きの食品	あかの食品	みどりの食品		
		エネルギーのもとになる	からだをつくるのもとになる	からだの調子を整える		
8 (水)	山菜うどん 牛乳 にしきあえ のり塩ポテト	うどん さとう フレンチポテト	あぶら	とりにく 牛乳 あぶらあげ あおのり ちくわ	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい ほうれんそう とうもろこし キャベツ わらび ごぼう	631 23.9
9 (木)	そばろ丼 牛乳 具だくさんみそ汁 黒糖まめ	そばろ丼 さとう さとも	あぶら	とりにく 牛乳 だいず わかめ あぶらあげ みぞ	にんじん たまねぎ しょうが いんげん たまねぎ だいこん しろねぎ	615 26.1
10 (金)	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げのキムチ炒め ナムル	ごはん さとう	ごまあぶら	とりにく 牛乳 あつあげ ハム	にんじん しょうが ブロッコリー キャベツ チンゲンサイ キムチ しょうが きゅうり もやし	617 25.8
13 (月)	【入学・進級お祝い献立】 カレーツナピラフ 牛乳 ウインナーのスープ煮 お祝いいちごゼリー	カレー ツナ ゼリー	あぶら	とりにく 牛乳 ツナ ウインナー	にんじん たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし えだまめ キャベツ	623 24.5
14 (火)	ごはん 牛乳 豚じゃが 塩昆布あえ	ごはん さとう	あぶら	とりにく 牛乳 ひらてん こんぶ	にんじん しょうが いんげん たまねぎ こまつな だいこん もやし	594 24.7
15 (水)	【お誕生日給食】 ソフト麺ミートソースかけ 牛乳 コールスロー りんご	ソフトめん さとう	あぶら	ぎゅうにく 牛乳 ぶたにく だいず	にんじん にんにく グリンピース たまねぎ トマト キャベツ きゅうり とうもろこし	712 29.9
16 (木)	ごはん 牛乳 さけの黄金焼き じゃがいものきんぴら 肉団子のみそ汁	ごはん さとう	あぶら	とりにく 牛乳 さけ にくだんご さつまあげ みぞ	にんじん キヤベツ きぬさや だいこん ねぎ	624 29.7
17 (金)	中華丼 牛乳 ひじきのあえ物 しゅうまい	中華丼 さとう かたくりこ	ごまあぶら	ぶたにく 牛乳 ハム ひじき しゅうまい	にんじん にんにく チンゲンサイ たまねぎ ブロッコリー たけのこ はくさい しょうが	612 24.9
20 (月)	ごはん 牛乳 さわらのカリカリ揚げ のり酢あえ 根菜のみそ汁	ごはん さとう さつまいも こんにやく	あぶら	さわらフライ ちくわ あぶらあげ みぞ	にんじん しょうが だいこん ほうれんそう ごぼう しろねぎ	586 22.1
21 (火)	わかめごはん 牛乳 豚肉と春野菜の煮物 おかかあえ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	ぶたにく 牛乳 あつあげ わかめ かつおぶし ちくわ	にんじん たまねぎ きぬさや たけのこ もやし はくさい きゅうり	589 25.2
22 (水)	【日本味めぐり献立～長崎県～】 ちゃんぽんめん 牛乳 ツナあえ カステラ風米粉カップケーキ	ちゃんぽんめん さとう コーンスターチ こめこホットケーキミックス	ごまあぶら	ぶたにく 牛乳 かまぼこ ツナ	にんじん にんにく チンゲンサイ しょうが ブロッコリー もやし だいこん キャベツ	686 30.0
23 (木)	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 中華炒め 卵レタススープ	ごはん さとう	あぶら	とりにく 牛乳 やきぶた みそ とうもろこし	にんじん しょうが にんにく キャベツ たまねぎ レタス えのきたけ	696 30.9
24 (金)	黒糖パン 牛乳 豆乳クリーム煮 イタリアンサラダ	黒糖パン じゃがいも こめこ	だいたいバター ドレッシング	とりにく 牛乳 どうにゅう ハム	にんじん たまねぎ しょうが とうもろこし だいこん キャベツ きゅうり	633 28.3
27 (月)	マーボー豆腐丼 牛乳 海藻のあえ物 パリッシュ	マーボー丼 さとう	ごまあぶら	ぶたにく 牛乳 とうもろこし かつおぶし ちくわ	にんじん にんにく ブロッコリー しょうが たらこ たまねぎ たけのこ もやし	644 29.9
28 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 赤じそあえ じゃがいものみそ汁	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	とりにく 牛乳 あぶらあげ みぞ	にんじん しょうが だいこん しょうが じゃがいも	589 25.3
30 (木)	ポークカレーライス 牛乳 フレンチサラダ 一口ゼリー(もも)	ポークカレーライス さとう じゃがいも	あぶら	ぶたにく 牛乳 ハム	にんじん しょうが だいこん しょうが たらこ とうもろこし きゅうり	664 21.2

*学校給食摂取規準 児童(8~9歳) 650kcal ±10%以内のエネルギー量になるようにしています。たんぱく質は、摂取エネルギー全体の13%~20%になるようにしています。
*献立や材料は都合により変更することがあります。



給食献立表などは、鏡野町のホームページで見ることができます。



給食はしまりまーす!

新しい学年が始まりました。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、よろしくお願ひします。

鏡野町学校給食共同調理場について

【受配校】 小学校5校 中学校1校 【食数】 約1,050食
【メンバー】 所長：産賀 雄史 主幹：押阪 裕 栄養教諭：角南 香織
栄養士：大林 睦美 調理・配送委託業者：(株) 東洋食品



みなさんにおいしく食べてもらえるよう、心を込めて給食を届けます♪