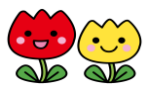




令和8年4月 こんだてひょう



鴨川市学校給食センター

にち	よう	こんだて	おもなざいりょうとはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじつ (g) しよくえん (g)	
			エネルギーとなる	体をつくる	体の調子を整える	小	中
8	水	ごはん	こめ			597	764
		ぶたにくのしょうがに	あぶら さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく	25.8	32.1
		こまつなのいためもの	あぶら	ハム	こまつな もやし にんじん しめじ	19.1	22.7
		アセロラゼリー	ゼリー			1.9	2.4
9	木	コッペパン/★いちごジャム	パン ジャム			727	870
		さけのなかおちフライ	あぶら パンこ マヨネーズ	さけ		25.7	30.2
		わかめサラダ	さとう あぶら	わかめ	こまつな きゅうり コーン こんにやく	29.6	33.4
		コーンポタージュ	バター こめこ	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	コーン たまねぎ	3.4	4.1
10	金	ごはん/★ひじきのり	こめ	ひじき のり		577	747
		めばるのてりやき		めばる		27.1	35.0
		あつあげのみそいため	さとう あぶら でんぷん	ぶたにく あつあげ みそ	にんじん たけのこ はくさい きくらげ	17.1	20.2
		オレンジ			オレンジ	1.5	1.8
13	月	ごはん	こめ			588	776
		とんかつ/★ソース	あぶら パンこ	ぶたにく		22.4	28.7
		やさいのそぼろに	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ たけのこ えだまめ	17.5	21.6
		ごまこんぶ	ごま	こんぶ		1.9	2.4
14	火	テーブルロール/★いちごクレープ	パン クレープ			652	843
		ハンバーグ	さとう	とりにく ぶたにく		23.8	30.8
		だいこんサラダ	さとう あぶら	ツナ	にんじん だいこん きゅうり	26.2	32.4
		なのはなのスープ	トック あぶら	とりにく	にんじん たまねぎ なばな キャベツ	3.4	4.5
15	水	ごはん	こめ			614	788
		さばのごまみそがけ	さとう でんぷん ごま	さば みそ	しょうが	29.8	37.0
		だいたいのいそに	さとう あぶら	だいたいのいそに	にんじん えだまめ	20.9	24.6
		かきたまじる	でんぷん	たまご とうふ	ほうれんそう にんじん たまねぎ えのきたけ	2.1	2.7
16	木	はちみつパン	パン			628	826
		キャベツメンチ/★ソース		とりにく	キャベツ	24.9	32.1
		えだまめサラダ	あぶら ごま		えだまめ にんじん きゅうり もやし	26.8	34.5
		トマトスープ	さとう あぶら	とりにく	トマト にんじん キャベツ たまねぎ	2.7	3.4
17	金	ごはん	こめ			694	887
		とりにくのレモンに	でんぷん あぶら さとう	とりにく	レモン	31.0	38.0
		たけのこのとさに	さとう あぶら	とりにく ちくわ かつおぶし	にんじん たけのこ こんにやく えだまめ	26.7	31.8
		みそしる		とうふ あぶらあげ みそ	こまつな えのきたけ	2.6	3.3
20	月	ごはん	こめ			641	778
		しゅうまい	こむぎこ	ぶたにく		27.6	31.6
		マーボーどうふ	あぶら でんぷん	とうふ ぶたにく	にんじん たけのこ なら しいたけ	18.9	20.9
		ヨーグルト		ヨーグルト		1.4	1.6
21	火	ミルクロール	パン			589	752
		フィレオチキン	こむぎこ	とりにく		29.5	36.7
		なのはなのソテー	あぶら	ベーコン	なばな にんじん コーン エリンギ	22.3	27.2
		にくだんごスープ		とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ えのきたけ	2.7	3.5
22	水	むぎごはん	こめ むぎ			619	800
		ポークカレー	じゃがいも あぶら ルウ	ぶたにく	にんじん たまねぎ グリンピース	19.7	24.2
		かいそうサラダ	あぶら	かいそう	にんじん きゅうり コーン こんにやく	19.7	23.3
		ふくじんづけ			ふくじんづけ	3.1	4.0
23	木	こくとうパン	パン			646	844
		オムレットマトソース	さとう パター	たまご	トマト たまねぎ	21.6	27.3
		ごぼうサラダ	マヨネーズ ごま	とりにく	にんじん ごぼう きゅうり コーン	28.9	36.9
		こめこのクリームスープ	じゃがいも こめこ パター	ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん セロリ たまねぎ パセリ	2.9	3.9

◎牛乳は体をつくるもとになる食品です。毎日つきます。  
\*材料の都合により、献立を変更することがあります。  
\*「★」：ソースなど個包装食品です。

にち	よう	こんだて	おもなざいりょうとはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじつ (g) しよくえん (g)	
			エネルギーとなる	体をつくる	体の調子を整える	小	中
24	金	ごはん/★わかめふりかけ	こめ	わかめ		591	763
		いわしのかばやき	でんぷん さとう あぶら	いわし		25.4	31.7
		ひじきときりぼしのおかか	さとう あぶら	ぶたにく かつおぶし ひじき	だいこん にんじん えだまめ こんにやく	18.9	22.5
		なめこじる		とうふ あぶらあげ みそ	なめこ ねぎ だいこん	2.6	3.3
27	月	ごはん	こめ			641	810
		とりそぼろ	さとう あぶら	とりにく たまご	にんじん えだまめ しょうが	26.6	32.9
		ほうれんそうのいためもの	あぶら	ハム	ほうれんそう にんじん もやし しめじ	21.8	25.4
		いちごのパンナコッタ	パンナコッタ			1.8	2.3
28	火	ソフトフランス	パン			670	846
		スタミナチキン		とりにく	にんにく	29.2	35.7
		ブロッコリーサラダ	あぶら		ブロッコリー にんじん コーン きゅうり	29.2	35.2
		クリームシチュー	じゃがいも あぶら ルウ	ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ グリンピース しめじ	3.2	4.2
30	木	コッペパン/★チョコクリーム	パン チョコクリーム			628	801
		ハムチーズピカタ		ハム チーズ たまご		27.3	34.8
		チリコンカン	バター こむぎこ さとう	ぶたにく だいず レンズまめ	にんじん たまねぎ トマト パセリ	23.8	29.7
		ABCスープ	マカロニ あぶら	ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ コーン	3.2	4.2



新しい学年での生活がスタートします。今年度も子どもたちの  
健全な成長のために、安全や衛生に配慮し、心をこめて  
おいしい給食づくりに職員一丸となって取り組んでまいります。



『保護者の方へ』

《給食費について》

小学生 無料  
中学生・職員 5,200円

※令和8年4月から小学生の給食費は、  
国が行う小学校の給食無償化により、  
無料となります。

《給食費のお支払いについて》

給食費はすべて給食の食材料費として使用して  
おります。また、完納されることを前提に献立を  
設定し、子どもたちの栄養管理を行っております。  
給食費の滞納が無く、学校給食が適切に実施  
されるよう、保護者皆様のご理解とご協力を  
お願いいたします。



【お知らせ】

- ・14日(火) おいおいきゅうしよく
- ・20日(月) ポークしゅうまい 2コです。

※4月分の給食費口座引き落としは、  
**6月1日(月)**です。  
5月分と一緒に引き落とされます。  
口座の残高確認をお願いいたします。



きゅうしよく  
給食センター  
のHPです。  
みてみてね♡

