

令和8年度 4月分 学校給食予定献立表 毛呂山町学校給食センター

日曜日	献立名		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
	主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
13月	ごはん コーヒーマルク(学)	ココロ野菜のスープ タコライス(ハ) パリパリ塩キャベツ(角)	コーヒーマルク、 ウイナーソーセージ	にんじん、たまねぎ、だいこん、 とうもろこし、キャベツ	ごはん、じゃがいも、米ぬか サラダ油	658 806	23.5 27.7	
14火	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁 竹輪のパセリ揚げ (小①中②ハ) キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、煮干し、 削り節、豚肉、 昆布、油揚げ、 焼き竹輪、かつお節	にんじん、たまねぎ、こまつな、 パセリ、きゅうり、キャベツ	地粉うどん、小麦粉、なたね 油、マヨネーズタイプ調味料 (卵不使用)	589 791	24.3 31.9	
15水	ごはん 牛乳	じゃが芋のピリ辛煮 さばの塩焼き(ハ) 毛呂っ子サラダ(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、塩さば、生竹輪	ごぼう、にんじん、こんにゃく、は くさい、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、ゆず ジャム、ごま油	639 816	24.2 29.7	
16木	ごはん 牛乳	中華風かきたま汁 春巻き(ハ) パンパンジーサラダ(角)	牛乳、鶏卵、春巻き、サラ ダチキン	にんじん、たまねぎ、とうもろこ し、根深ねぎ、ほうれんそう、根 しょうが、きゅうり、もやし	ごはん、ごま油、でん粉、な たね油、米ぬかサラダ油、 三温糖、ごま	682 868	22.4 26.7	
17金	子どもパン スライス 牛乳	ジャーマンスープ ハンバーグのデミグラスソースかけ(角) いちごクレープ(学)	牛乳、ウイナーソーセー ジ、ハンバーグ	たまねぎ、にんじん、パセリ	子どもパン、米ぬかサラダ 油、じゃがいも、三温糖、デ ミグラスソース、いちごク レープ	687 845	26.1 32	
小学1年生給食スタート								
20月	ツイストパン 牛乳 中濃ソース	米粉のコーンスープ 白身魚のフライ(ハ) コールスロー(角)	牛乳、ベーコン、生クリー ム、白身魚フライ	たまねぎ、にんじん、とうもろこ し、キャベツ、きゅうり	ツイストパン、米ぬかサラダ 油、バター、米粉、なたね 油、上白糖	604 755	22.9 27.7	
21火	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 中華サラダ(角)	牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、根しょうが、根深ね ぎ、にんじん、たけのこ、きゅう り、もやし、こまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、でん粉、上白糖、ご ま油	625 799	27.5 33.7	
22水	フラワーロール 牛乳	せん切り野菜スープ メンチカツ(ハ) パリジャンサラダ(角)	牛乳、ベーコン、メンチカ ツ、チーズ	にんじん、たまねぎ、だいこん、 はくさい、パセリ、キャベツ、き ゅうり、とうもろこし	フラワーロール、オリーブ 油、じゃがいも、なたね油、 米ぬかサラダ油、上白糖	600 764	22 27.3	
23木	ごはん 牛乳	豚汁 肉団子のケチャップあんかけ (小1~3①、小4~中②ハ) 青菜と油揚げのお浸し(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り 節、白みそ、肉団子、油揚 げ、かつお節	にんじん、だいこん、たまねぎ、 根深ねぎ、こまつな、もやし	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、でん粉	631 804	24.5 29.9	
24金	ごはん 牛乳	米粉のカレー チキンサラダ(角)	牛乳、豚肉、チーズ、ヨー グルト、サラダチキン	にんにく、たまねぎ、にんじん、 ソーオニオン、トマトビュー レー、キャベツ、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、ココア、バター、 米粉、上白糖	631 802	24.1 29.6	
27月	ロールパン 牛乳	アルファベットスープ オムレツのケチャップソースかけ(ハ) ポテトサラダ(角)	牛乳、豚肉、オムレツ	にんじん、たまねぎ、だいこん、 キャベツ、とうもろこし、きゅうり	ロールパン、米ぬかサラダ 油、アルファベットマロン、三温 糖、でん粉、じゃがいも、マ ヨネーズタイプ調味料(卵不使 用)、上白糖	621 806	21.6 26.9	
28火	ごはん 牛乳	えび団子と春雨のスープ ユーリンチー(ハ) 野菜の昆布しょうゆ和え(角)	牛乳、えびボール、鶏 肉、昆布	たけのこ、にんじん、乾しいた げ、もやし、根深ねぎ、こまつ な、根しょうが、きゅうり、キャ ベツ、とうもろこし	ごはん、はるさめ、ごま油、 でん粉、なたね油、三温糖	635 793	21.8 25.8	
30木	コッペパン スライス 牛乳	シュクメルリ 焼きウイナー (小1~3①、小4~②、中①ハ) ミートソース(角)	牛乳、鶏肉、 ウイナー ソーセージ、 豚肉、チーズ	にんにく、たまねぎ、にんじん、 レモン果汁、パセリ、根しょう が、トマトビューレー	コッペパン、米ぬかサラダ 油、さつまいも、米粉、パ ター、パン粉	691 868	29.2 36	
給食回数		13回	(学)・・・学校配送 (角)・・・角食缶 (ハ)・・・パック (ビ)・・・ビニール袋 (小)・・・小学校 (中)・・・中学校			平均栄養量	638 809	24.2 29.6
						基準栄養量	630 805	21.1 27

※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。  
 ※ O-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。



# きゅうしょくがはじまるよ!

## どんなきゅうしょくが出てくるのかな?

1年間に192回  
のきゅうしょくを  
食べるよ。

地元で作られている  
食べ物も登場するよ。  
季節のやさしいが  
いろいろなメニューに  
使われているよ。

みんなの  
ふるさとの料理も  
出てくるよ。

お魚も、煮たり、焼いたり、  
いろいろな料理になって  
登場するよ。

世界や日本のいろいろな  
地域で食べられている  
料理が登場するよ。  
みんながはじめて食べる  
料理もあるかも…。

### 給食当番の身支度チェック

- ①髪のはきは全部帽子に入れましょう
- ②マスクはきちんとつけましょう
- ③つめは短く切っておきましょう
- ④手は石けんできれいに洗いましょう
- ⑤清潔な白衣を身につけましょう

