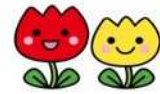




4月の献立表

(こども園用)



多古町学校給食センター

2026年

ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょうとはたらき			えいようか				びこう			
		あか 血や肉や骨になる	みどり 体の調子を整える	きいろ 熱や力になる	エネルギー kcal	たんぱく質 g	しじつ g	えんぶん g				
7 (火)	★プレーンパン(ブルーベリージャム) 牛乳 チキンナゲット(幼2職3) やさいスープ あんにんフルーツ	ぎゅうにゅう ベーコン	にんじん キャベツ みかん おうとう	たまねぎ パセリ パイン	パン あぶら	ジャム あんにんどうふ	541	18.5	23.7	2.00		
8 (水)	ごはん ★ゾアプレート ポークカレー ミニオムレツ(幼1職2) ゆでやさい(ソイグマズ)	ショア ぶたにく	たまご ぎゅうにゅう	いんげん にんじん にんにく トマト	加アア しょうが たまねぎ	こめ あぶら カレーウ	517	18.2	16.6	2.10		
9 (木)	ごはん ぎゅうにゅう はるまき ぶたキムチいため ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく	とりにく なるたまご	にんじん もやし にら オムレツ	たまねぎ はくさい しいたけ ねぎ	こめ あぶら ごま ワンタン	477	20.3	15.7	1.90		
10 (金)	ちらしずしてまきのり) ぎゅうにゅう はながたバーグわふうだれ ブロッコリーとツナのサラダ おいわいすましじる ★おいわいいちごゼリー	のり とりにく はんぺん	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	だけのこ コーン たまねぎ こまつな	アロア にんじん ひらたけ れんこん	こめ さとう でんぶん ドレッシング ゼリー	544	23.7	16.1	2.10	入園・進級 お祝い 給食	
13 (月)	★しょくパン(いちごジャム) ぎゅうにゅう キャベツメンチ(ウ) こめこシチュー フルーツあえ	ぎゅうにゅう とりにく	ぶたにく なまクリーム	たまねぎ しめじ おうとう りんご	にんじん キャベツ パイン	パン あぶら じゃがいも パンこ ゼリー	596	19.5	21.2	2.20		
14 (火)	ごはん ぎゅうにゅう すりみチーズロール さんしょくそぼろ ぎょうざスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たらすりみ たまご チーズ	しょうが えだまめ たけのこ ねぎ	にんじん もやし しいたけ	こめ あぶら さとう	489	23.5	14.5	2.10		
15 (水)	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがゆき こんにやくサラダ(あおじそドレッシング) じゃがいものみそしる ★やきプリンタルト	ぎゅうにゅう みそ わかめ	ぶたにく みそ	しょうが キャベツ こんにやく ねぎ	たまねぎ きゅうり にんじん	こめ さとう じゃがいも タルト	567	24.7	19.3	2.10		
16 (木)	ごはん ぎゅうにゅう えびあげぎょうざ(幼2職3) ホイコーロー とうもろこしスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	えび とりにく たまご	しょうが にんじん ピーマン コーン	にんにく たまねぎ キャベツ	こめ あぶら さとう でんぶん	546	23.3	20.4	1.70		
17 (金)	ごはん(たまごふりかけ) ぎゅうにゅう さばのぶなかほし ごもくきんぴら とんじる	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	さば ぶたにく みそ	にんじん こんにやく だいこん	ごぼう いんげん ねぎ	こめ さとう あぶら さといも	493	25.3	17.9	2.10		
20 (月)	★ナン ぎゅうにゅう チキンナゲット(幼2職3) カレーミート ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	とりにく だいたミート	しょうが にんじん トマト おうとう	にんにく たまねぎ みかん	ナン こむぎこ ゼリー	558	28.0	20.8	1.90		
21 (火)	ごはん ぎゅうにゅう てりやきチキン ごぼうサラダ なめこじる ★あじわいプリン	ぎゅうにゅう とうふ みそ	とりにく わかめ	しょうが ごぼう きゅうり なめこ	にんにく にんじん だいこん ねぎ	こめ さとう でんぶん プリン	496	22.9	16.1	2.00	カミカミ 給食	
22 (水)	ごはん ぎゅうにゅう むらさきいももち はなやさいサラダ(ごまドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたにく	とりにく わかめ	しょうが にんじん たまねぎ	にんにく ごぼう しらたき	こめ ドレッシング さとう	557	23.4	19.6	1.30		
23 (木)	ごはん ★ゾアプレート ハヤシライス ししゃもいそペフライ(幼1職2) かいそうサラダ(たまねぎドレッシング)	ショア かいそう	ししゃも ぶたにく	もやし にんじん しょうが しめじ	きゅうり にんにく たまねぎ グリルビー	こめ あぶら ドレッシング パンこ ハヤシルウ	473	19.3	11.6	2.50		
24 (金)	ごはん ぎゅうにゅう あかうおのさいきょうゆき にくじゃが むらくもじる ひとくちはちみつレモンゼリー(2)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	あかうお とりにく たまご	にんじん たまねぎ いんげん	しいたけ しらたき こまつな	こめ さとう じゃがいも でんぶん ゼリー	497	27.7	13.6	1.90		
27 (月)	★バンズパン ぎゅうにゅう ハンバーグ(オムレツ) コールスローサラダ かぼちゃのとうにゅうチャウダー	ぎゅうにゅう とりにく	ぶたにく とうにゅう	キャベツ コーン かぼちゃ	にんじん たまねぎ	パン バター ドレッシング ポテト	542	22.5	23.9	2.20		
28 (火)	ごはん ぎゅうにゅう かつおフライ(ウ) ひじき ひじきとだいたいのりに さわにわん	ぎゅうにゅう ひじき だいた	かつお あぶらあげ ぶたにく	にんじん だいこん ねぎ	こんにやく ごぼう	こめ あぶら さとう パンこ	489	24.5	14.0	1.80		
30 (木)	ごはん ぎゅうにゅう ちばにんじんぎょうざ ぶたにくとだいたいのうまに さといものみそしる ★げんきヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	あぶらあげ みそ	にんじん しいたけ たまねぎ	だいこん えだまめ ねぎ	こめ あぶら さとう さといも	533	22.3	16.4	1.80		
()はかずもの ★は業者配送 材料その他の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。							学校給食 摂取基準	490	24.5	16.3	1.5g未満	※脂質の基準値は 摂取エネルギーの 25~30%



給食では、いろいろな食材や料理の味を経験してもらうため、地元の野菜や旬の食材、郷土料理、世界の料理など
さまざまなものを取り入れています。
そのため、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。
献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



4月給食だより

令和8年4月発行
多古町学校給食センター

御入学・御進級おめでとうございます。春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。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えます。学校給食への御理解・御協力のほど、よろしく願いいたします。



多古町の給食を紹介します



学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づいて作成しています。1日に必要な栄養量の1/3程度を基本とし、日頃の食事で不足しがちなカルシウムは1/2程度、そのほか鉄、ビタミン類、食物繊維も多めにとれるように決められています。

デザート・小袋スナックは栄養量の調整役です。ヨーグルトやゼリーのほか、小魚やナッツ、豆類なども提供します。

おかずには、新鮮な食材を使用し、いろいろな調理法や味付けでバラエティーに富んだメニューを提供します。食材はできるだけ国産や地元の食材を取り入れます。

牛乳は成分無調整のもので、容量は小・中学校は200ml、こども園4・5歳児は180mlです。発酵乳が出ることもあります。



ごはんが週4回、パン又は麺が週1回です。年間を通して、多古米を使用します。白いご飯のほか、混ぜご飯も提供します。

味付けは、かつおだしや昆布だし、鶏がらスープ、コンソメなどを使い、うまみを生かして塩分を適量にしています。