

4月 こんだて表(中学校)

令和8年度 浜川市東部学校給食共同調理場

日・曜日	主食	のり物	おかず・その他	体をつくるもとになる食品		体の調子を整えるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		熱量(kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質	
7火	始業式・入学式のため給食はありません									
8水	ロールパン	牛乳	FMコーングラタン イタリアンサラダ まめまめミネストローネ	だいず ベーコン	牛乳	にんじん アスパラ トマト ごまつな	コーン きゅうり ●きゃべつ セロリ たまねぎ にんにく	パン じゃがいも ひよこまめ さとう	ドレッシング あぶら	781 25.1 2.7
9木	こぎつねごはん (ごはん)	牛乳	白はんぺんフライ(▲マスの塩焼き) こぎつねごはんの具 野菜のみそ汁	はんぺん とりにく だいず あぶらあげ とうふ	牛乳	にんじん ごまつな	たまねぎ えのきたけ ●きゃべつ	ごはん パンこ さとう じゃがいも	あげあぶら あぶら	813 31.8 2.5
10金	カレーライス (麦ごはん)	牛乳	ツナサラダ ポークカレー	ツナ ぶたにく	牛乳	にんじん	●きゃべつ だいこん きゅうり にんにく しょうが たまねぎ	むぎごはん じゃがいも でんぶ こめこ	あぶら	825 26.9 2.9
13月	ミルクパン	牛乳	ハンバーグトマトソース 赤城のアスパラガスサラダ 豆乳コーンスープ	とりにく ぶたにく ベーコン とうりゅう	牛乳	トマト ●アスパラ にんじん	たまねぎ にんにく りんご ●きゃべつ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも でんぶ	あぶら ドレッシング	838 32.0 3.7
14火	ごはん のりふりかけ	牛乳	さばのみそ煮 肉じゃが もやしと油あげのみそ汁	さば ぶたにく あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん	たまねぎ ●しらたき もやし えのきたけ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	782 34.1 2.9
15水	ココアパン	牛乳	オムレツケチャップソースかけ(▲ウインナー) コーンサラダ 赤城のアスパラガス入りポトフ	たまご とりにく ウインナー	牛乳	トマト にんじん ●アスパラ	りんご きゅうり コーン もやし しめじ たまねぎ ●きゃべつ	パン さとう じゃがいも	ドレッシング	793 30.6 3.2
16木	入学・進級 お祝い献立									
	赤飯 (ごましお)	牛乳	鶏肉のから揚げ きゃべつの塩昆布あえ すまし汁 お祝いゼリー(豆乳といちご)	とりにく とうふ かまぼこ	牛乳 こんぶ	にんじん ごまつな	しょうが にんにく きゅうり ●きゃべつ しいたけ たまねぎ だいこん	せきはん でんぶ ゼリー	ごま あげあぶら ごまあぶら	823 29.6 2.5
17金	ごはん	牛乳	FM甘酢肉団子(2ヶ) 切干大根の炒め煮 具だくさん汁 ヨーグルト	とりにく ぶたにく ぎゅうにく さつまあげ こうちゅう とうふ あぶらあげ	牛乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ きりぼしだいこん ●しらたき ごぼう ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	807 29.7 2.6
20月	丸パン横切り	牛乳	キャベツと大豆のソースメンチ コールスローサラダ 米粉のマカロニスープ	とりにく だいず ぶたにく ベーコン	牛乳	にんじん チゲソイ	●きゃべつ きゅうり コーン たまねぎ	パン さとう じゃがいも トッポキ	ドレッシング	789 30.0 3.8
21火	味噌だれ焼肉丼 (ごはん)	牛乳	味噌だれ焼肉丼の具 チンゲン菜のスープ ◆河内晩柑	ぶたにく かまぼこ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん ら チゲソイ	たまねぎ ●しらたき もやし だいこん コーン かわちろはんかん	ごはん さとう	あぶら ごま ごまあぶら	789 31.4 2.8
22水	みそラーメン (☆バックラーメン)	牛乳	※ラーメンの汁は残しましょう。食塩のとり過ぎになります。 鶏肉の香味焼き ヘルシーサラダ みそラーメンスープ	とりにく ぶたにく なると	牛乳 わかめ	にんじん ら	しょうが にんにく きゅうり ●きゃべつ ●こんにゃく たまねぎ コーン もやし	ラーメン さとう	あぶら	799 35.3 3.9
23木	ハヤシライス (麦ごはん)	ジョア (プレーン)	鶏肉のレモンバジルナゲット (2ヶ) まめまめサラダ ハヤシソース	とりにく だいず ぶたにく	ジョア	バジル にんじん トマト	レモン えだまめ コーン ●きゃべつ きゅうり にんにく たまねぎ しめじ	むぎごはん でんぶ こめこ	ドレッシング あぶら	819 30.0 3.0
24金	ごはん	牛乳	ホキフライソースかけ(▲FM甘酢肉団子) ひじきの炒め煮 しぶかわ豚汁	ホキ とりにく さつまあげ あぶらあげ だいず ぶたにく とうふ	牛乳 ひじき	にんじん	えだまめ ●こんにゃく ごぼう だいこん ●しいたけ ねぎ	ごはん パンこ さとう じゃがいも	あげあぶら あぶら	824 32.6 2.8
27月	小型はちみつパン	牛乳	FMチキンナゲット (2ヶ) 花野菜サラダ スパゲティナポリタン (▲米粉マカロニのナポリタン)	とりにく だいず ウインナー	牛乳	アスパラ にんじん ピーマン トマト	カリフラワー きゃべつ きゅうり にんにく たまねぎ マッシュルーム	パン さとう スパゲティ	あげあぶら ドレッシング あぶら	861 30.6 3.1
28火	ごはん	牛乳	赤魚の白醤油焼き じゃがいものそぼろ煮 呉汁	あかうお ぶたにく とりにく とうふ だいず	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ ●こんにゃく だけのこ だいこん しいたけ ねぎ	ごはん じゃがいも でんぶ さとう さといも	あぶら	805 36.7 2.5
30木	ごはん	牛乳	焼き餃子(2ヶ) (▲白木の葉揚げ) 塩中華サラダ マーボー豆腐	ぶたにく とりにく だいず とうふ	牛乳	ごまつな にんじん ら	もやし ●きゃべつ コーン しょうが にんにく だけのこ ねぎ	ごはん こむぎこ さとう でんぶ	ドレッシング あぶら ごまあぶら	815 32.9 2.7

☆:業者配送 ◆:配食用手袋 ●:浜川市産を使用する予定

※栄養価は、八訂成分表で計算しています。

▲:小麦・乳・卵のアレルギ対応食 FMとは、乳・卵・小麦不使用マークです

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

令和8年度も安全でおいしい給食づくりを
モットーに力を合わせて頑張ります。
JA赤城たちばな と(株)トマルファームの
協力により地域の農産物を使用しています。
こんにゃく類は、浜川市の製造業者より仕入れています。
1年間どうぞよろしくお願ひいたします。

お知らせ
浜川市のホームページに毎日の給食の
写真と一部の給食レシピを掲載しております。
市のホームページや右記の2次元コード
からも見る事ができます。ぜひ、ご覧下さい。



「東部給食カレンダー」
2次元コード



「給食レシピ」
2次元コード