



4月 こんだて表(小学生)



令和8年度 渋川市北部学校給食共同調理場

	主食	飲み物	おかず・その他	〔あか〕体になる		〔みどり〕体の調子を整える		〔きいろ〕熱や力になる		熱量kcal たんぱく質(g) 塩分(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	脂肪	
8水	丸パン 横切り	ジョア (プレーン)	ハムカツソースかけ コールスローサラダ クリームスープ	ハム とりにく ベーコン	乳酸菌飲料 牛乳 クリーム	にんじん パセリ	コーン キャベツ きゅうり にんにく たまねぎ	パン じゃがいも パンこ ごむぎこ	あぶら あげあぶら ドレッシング	638 24.7 2.9
9木	ごはん	牛乳	赤魚の白醤油焼き じゃがいものそぼろ煮 春キャベツのみそ汁	あかうお ぶたにく さつまあげ とうふ あぶらあげ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ たけのこ だいこん もやし キャベツ グリーンピース こんにゃく	ごはん じゃがいも でんぶん さとう	あぶら	616 27.5 2.1
～小学校1年生給食開始～										
10金	ココア パン	牛乳	トマトソースハンバーグ きらきらサラダ ABCスープ	ぶたにく とりにく ベーコン	牛乳 かいそうめん	トマト にんじん ブロッコリー	たまねぎ えだまめ きゅうり キャベツ	パン じゃがいも マカロニ さとう	あぶら ドレッシング	669 26.5 2.4
13月	ごはん	牛乳	ツナサラダ ポークカレー 入学・進級お祝いいちごゼリー	ぶたにく ツナ	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	658 18.9 2.3
14火	わかめ ごはん	牛乳	照り焼きチキン 切り干し大根の含め煮 桜かまぼこのすまし汁	とりにく とうふ さつまあげ かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん ごまつな	しょうが だいこん しいたけ たまねぎ だいこん えのきだけ ●ねぎ こんにゃく	ごはん さとう	あぶら	631 26.7 2.7
15水	ロール パン	牛乳	野菜コロッケソースかけ こんにゃくサラダ いかボールスープ	とりにく いか たら	牛乳	にんじん ごまつな	キャベツ きゅうり たまねぎ だいこん もやし えのきだけ こんにゃく	パン じゃがいも パンこ ごむぎこ	あげあぶら ドレッシング	606 20.6 2.3
16木	ごはん	牛乳	みそだれ焼き肉丼の具 春雨スープ ☆ヨーグルト	ぶたにく なると とうふ あぶらあげ	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん にら ごまつな	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ●ねぎ キャベツ もやし しいたけ こんにゃく	ごはん でんぶん はるさめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	618 28.0 2.2
17金	はちみつ パン	牛乳	ウインナーソースかけ(2本) ポテトサラダ コーンポタージュ	ウインナー とりにく	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ エリンギ コーン	パン さとう じゃがいも	あぶら ドレッシング ノンエッグ マヨネーズ	686 25.0 2.5
20月	ごはん	牛乳	棒餃子 塩ナムル たけのこ入り麻婆豆腐	ぶたにく とりにく だいず とうふ	牛乳	にんじん ごまつな にら	もやし だいこん きゅうり にんにく しょうが たまねぎ たけのこ ●ねぎ キャベツ	ごはん さとう でんぶん ごむぎこ パンこ	ドレッシング ごまあぶら	660 26.0 2.1
～北海道の郷土料理～										
21火	ごはん	牛乳	にしんの甘露煮 刻みこんぶのきんぴら どさんこ汁 ハスカップゼリー	にしん さつまあげ ぶたにく とうふ	牛乳 こんぶ	にんじん いんげん	ごぼう にんにく しょうが たまねぎ コーン キャベツ ●ねぎ こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう ゼリー	あぶら ごまあぶら ごま バター	671 24.5 2.3
22水	黒パン	牛乳	ハムステーキ ごぼうサラダ 春野菜のポトフ	ハム とりにく	牛乳	にんじん いんげん パセリ	えだまめ ごぼう きゅうり たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	639 31.1 2.4
23木	ごはん	牛乳	ささみレモン醤油かけ しらたきのごま和え こしね汁(群馬県の郷土料理)	とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ	牛乳	にんじん ごまつな	もやし だいこん しいたけ ●ねぎ キャベツ レモン こんにゃく	ごはん さとう パンこ ごむぎこ	あぶら あげあぶら ごま	622 25.1 2.3
24金	ミルク パン	牛乳	野菜グラタン まめめサラダ ラビオリスープ	だいず ツナ とりにく とうふ	牛乳	にんじん ブロッコリー トマト パセリ	えだまめ きゅうり たまねぎ えのきだけ キャベツ	パン こめ マカロニ じゃがいも ごむぎこ	ドレッシング	664 24.3 2.5
27月	ごはん	牛乳	コーンしゅうまい(2個) 八宝菜 わかめスープ	ぶたにく いか なると とうふ ぎょにく	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ たけのこ しめじ もやし キャベツ だいこん しいたけ コーン しょうが	ごはん でんぶん ごむぎこ	あぶら ごまあぶら	601 28.0 2.7
28火	ごはん	牛乳	ホキみぞフライ 和風サラダ とりつみれ汁	ホキ ツナ とりにく あぶらあげ かつおぶし	牛乳	にんじん ごまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん しょうが ●ねぎ	ごはん さとう じゃがいも パンこ ごむぎこ	あげあぶら	638 24.7 2.1
30木	ごはん	牛乳	オムレツ(▲からあげ) グリーンサラダ ハヤシソース	たまご ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ しめじ グリーンピース えだまめ キャベツ きゅうり	ごはん	あぶら ドレッシング	656 24.2 2.6

入学・進級お祝い献立

●は渋川産を使う予定です。 ☆は業者配送です。
▲はアレルギー対応食です。 ◆には配食用手袋がつかます。
※郷土料理・世界の料理のメニューは太字になっています。
※材料の都合で献立が変わることがあります



渋川市ホームページで献立カレンダーや給食レシビを掲載しています。ぜひ、ご覧下さい。

※栄養価は、八訂成分表で計算しています。

みなさんが、安心して給食を食べられるように、心を込めて美味しい給食作りに努めています。1年間、よろしく願いいたします。