

令和8年4月

がっ こう きゅう しょく よ てい こん だて ひょう

学校給食予定献立表

曾我小学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 主にエネルギーの もとになる (黄色のグループ) | 主に体をつくる もとになる (赤のグループ) | 主に体の調子を整える もとになる (緑のグループ) | エネルギー (kcal) | | | | | | |
|----|---|--|------------------------------------|--|---|--------------|--------|--------|------|-----|------|------|
| | | | | | | たんぱく質 (g) | 脂質 (g) | 塩分 (g) | | | | |
| 9 | 木 | ぎゅうにゅう ポークカレー(むぎいりごはん) はるやさいのソテー | ごはん むぎあぶら じゃがいも こむぎこ | ぎゅうにゅう ぶたにく レバーチップ だっしふんにゅう ウインナー | たまねぎ にんにく にんじん りんご キャベツ グリーンアスパラ こまつな | 665 | 21.4 | 21.0 | | | | |
| | | | | | | 2.1 | 624 | 22.6 | 21.6 | | | |
| | | | | | | 2.3 | | | | 640 | 27.0 | 18.9 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 金 | ぎゅうにゅう こぎつねうどん(ゆでめん) のりしおポテト | ゆでめん さとう あぶら じゃがいも | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ あおのり | にんじん しいたけ こまつな | 27.0 | 18.9 | 1.9 | | | | |
| | | | | | | 640 | 598 | 27.6 | 22.3 | | | |
| | | | | | | 2.5 | | | | 614 | 24.2 | 19.9 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 13 | 月 | ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき にくじゃが | ごはん あぶら じゃがいも さとう | ぎゅうにゅう さけ ぶたにく | にんじん たまねぎ しらたき いんげん こまつな | 614 | 24.2 | 19.9 | | | | |
| | | | | | | 2.8 | 606 | 23.7 | 19.4 | | | |
| | | | | | | 2.8 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 火 | ぎゅうにゅう くらパン てりやきチキン ABCスープ ヨーグルト | くらパン さとう かたくりこ じゃがいも マカロニ | ぎゅうにゅう とりにく ウインナー ヨーグルト | にんじん たまねぎ キャベツ パセリ こまつな | 614 | 26.1 | 20.7 | | | | |
| | | | | | | 2.0 | 624 | 26.6 | 19.1 | | | |
| | | | | | | 2.2 | | | | 598 | 25.4 | 26.3 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 水 | ぎゅうにゅう ごはん ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいこんのもの | ごはん あぶら さとう | ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ あぶらあげ | しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ ながねぎ キャベツ もやし こまつな | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 597 | 22.3 | 18.1 | | | |
| | | | | | | 2.2 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 木 | ぎゅうにゅう コーンピラフ(アルファかまい) ミネストローネ | ごはん バター あぶら じゃがいも マカロニ | ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ | にんじん たまねぎ しめじ コーン にんにく トマト こまつな | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 598 | 25.4 | 26.3 | | | |
| | | | | | | 2.0 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 17 | 金 | ぎゅうにゅう うめまるラーメン (ホットラーメン) あげぎょうざ | ホットラーメン あぶら ごま | ぎゅうにゅう ぶたにく うめなると ぎょうざ | しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ うめぼし ながねぎ | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 598 | 25.4 | 26.3 | | | |
| | | | | | | 2.0 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 20 | 月 | ぎゅうにゅう こうやどうふのそぼろどん (ごはん) ワンタンスープ | ごはん あぶら さとう ワンタン | ぎゅうにゅう とりにく こおりどうふ ぶたにく | しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ はねぎ たまねぎ もやし ながねぎ | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 598 | 25.4 | 26.3 | | | |
| | | | | | | 2.0 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 21 | 火 | ぎゅうにゅう シュガーパン(こめこパン) クリームシチュー | こめこパン バター さとう あぶら じゃがいも こむぎこ | ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だっしふんにゅう | たまねぎ にんじん ブロッコリー | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 597 | 22.3 | 18.1 | | | |
| | | | | | | 2.2 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 22 | 水 | ぎゅうにゅう ごはん マーボーどうふ わかめスープ | ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ ごま | ぎゅうにゅう ぶたにく みそどうふ とりにく わかめ | しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ ながねぎ キャベツ もやし | 624 | 26.6 | 19.1 | | | | |
| | | | | | | 2.2 | 597 | 22.3 | 18.1 | | | |
| | | | | | | 2.2 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 木 | ぎゅうにゅう ごはん マグロカツ なまあげのほっこりに | ごはん あぶら さとう かたくりこ | ぎゅうにゅう マグロカツ ぶたにく あつあげ | しょうが にんじん たまねぎ しいたけ いんげん | 677 | 24.7 | 24.3 | | | | |
| | | | | | | 1.3 | 597 | 22.3 | 18.1 | | | |
| | | | | | | 2.2 | | | | 614 | 26.1 | 20.7 |
| | | | | | | | | | | | | |

物質の都合により、献立が変更になる場合があります。

揚げ油は3回程度使用しています。

長期欠席される際は、給食を一時停止します。

担任へお申し出ください。

今月の小田原市産・神奈川県産

うめぼし、こまつな、もやし、なると、わかめ、
あつあげ、さつまあげ、どうふ

| に 日 | よ 曜 | こん だて めい 献立名 | おも 主にエネルギーの もとになる きいろ (黄色のグループ) | おも からだ 主に体をつくる もとになる あか (赤のグループ) | おも からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える もとになる みどり (緑のグループ) | エネルギー (kcal) | | | |
|--------|--------|---|---|--|---|--------------|------|------|-----|
| | | | | | | たんぱく質 (g) | | | |
| | | | | | | 脂質 (g) | | | |
| | | | | | | 塩分 (g) | | | |
| 24 | 金 | ぎゅうにゅう ミートソース(ソフトめん) ジャーマンポテト | ソフトめん あぶら バター こむぎこ じゃがいも | ぎゅうにゅう ぶたにく レバーチップ チーズ ベーコン ウインナー | にんにく たまねぎ にんじん トマト パセリ | 688 | 25.3 | 22.2 | 2.3 |
| 27 | 月 | ぎゅうにゅう ぶたにくどん(ごはん) みそけんちん りんごゼリー | ごはん あぶら さとう ごま かたくりこ じゃがいも りんごゼリー | ぎゅうにゅう ぶたにく こおりどうふ あぶらあげ どうふ みそ | にんじん たまねぎ しらたき ながねぎ こまつな ごぼう こんにやく だいこん | 653 | 24.4 | 19.2 | 2.0 |
| 28 | 火 | ぎゅうにゅう ソフトフランスパン タンドリーチキン ペンネナポリタン | ソフトフランス あぶら マカロニ | ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト ベーコン | にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン | 609 | 27.4 | 24.9 | 2.4 |
| 30 | 木 | ぎゅうにゅう たけのこごはん(さくらめし) どうふとなめこのみそしる | ごはん あぶら さとう ごま | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ どうふ みそ | たけのこ にんじん たまねぎ なめこ はねぎ | 605 | 23.3 | 19.6 | 2.5 |

栄養価については、中学年の値を掲載しています。

がっこうきゅうじょう 学校給食について

きゅうじょうくないよう 給食内容



ぎゅうにゅう ほん
牛乳・・・1本(200cc)

きほんてき まいにちていきょう ひびせいちよう こども
基本的に毎日提供します。日々成長している子供たちに
ひつよう しつ おぎな
必要なカルシウムやたんぱく質を補います。

おももの いたもの あもの しるもの やもの じゅうぶん
おかず・・・煮物・炒め物・揚げ物・汁物・焼き物など、十分
かねつ ひん きほん せいせんしよくひん げんそく
に加熱した2品を基本としています。生鮮食品は原則として
こくさんひん しょう ちさんちしょう とく
国産品を使用し、地産地消にも取り組んでいます。

しゅじょう
主食・・・パン、めん、ぎょうしゃ、とど
はん きゅうじょうしつ すいはんき すいはん
ご飯は給食室の炊飯器で炊飯しています。

げつ すい もくようび はくまい むぎい ほん めし しょうゆあじ
・ごはん(月・水・木曜日)・・・白米、麦入りご飯、さくら飯(醤油味)など

かようび
・パン(火曜日)・・・ロールパン、コッペパン、ぶどうパン、米粉パン、チーズパン、黒パン、食パン、
ソフトフランスパンなど

めん きんようび
・麺(金曜日)・・・ソフト麺、ゆでめん、ホットラーメン

はくい 白衣について

きゅうじょうどうばん はくい かしだし きゅうじょうどうばん お よくしゅう つぎ どうばん じどう ちやくよう
給食当番白衣は貸出です。給食当番が終わったら翌週は次の当番の児童が着用します。

きんようび いえ も かえ せんたく げつようび じさん
金曜日には家に持ち帰り、洗濯して月曜日に持参してください。

はず ゆる しゅうぜん へんきやく さいわ
ボタンが外れかけていたり、ゴムが緩んでいたりしたら、修繕をしてお返却していただけると幸いです。

つぎ しょう ひと きも つか じょうたい きょうりよく ねが
次に使用する人が気持ちよく使える状態にしたいため、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

し ねんせい ねんせい ほごしやさま お知らせ(2年生～6年生の保護者様)

れいわ ねん がつぶん きゅうじょうひ のうきげん がつ にち もく こうざんだか かくにん にゅうきん きょうりよく ねが
令和8年3月分の給食費納期限は4月30日(木)です。口座残高の確認や入金にご協力をお願い
いたします。