



令和8年4月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

日	曜	献立名 (こんだてめい)		食品名			栄養量		
		主食 (しゅじよく)	飲み物 (のみもの)	エネルギーのもとになる食品	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 (kcal)	たんぱく質 (g)	
10	金	やきにくどん(ごはん) ぎゅうにゅう おいわいだんごじる おいわいクレープ	おかず	コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら きびざとう ごまあぶら ごま てんぷん いもちだんご いちごのおいわいクレープ	ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく さくらがたかまぼこ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ もやし ビーマン にんじん だいこん こんにやく ねぎ こまつな	688	23.3
13	月	ごはん チャーハンのぐ ぎゅうにゅう しゅうまい わかめスープ		卵 コムギ 乳 小麦 コムギ	ごはん ごまあぶら	たまごそぼろ なんと ぶたにく やきぶた ぎゅうにゅう しゅうまい とりにく とうふ わかめ	ねぎ にんじん えだまめ しょうが にんじん たまねぎ もやし ねぎ	590	22.9
14	火	きなこあげパン クロワッサン(4~6ねん) ぎゅうにゅう こんにやくサラダ(ドレッシング) ポテトポタージュ		小麦 小麦 乳 乳 小麦	コッペパン さとう あぶら クロワッサン しおちゅうかドレッシング じゃがいも	きなこ ぎゅうにゅう ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク シュレッドチーズ	キャベツ にんじん こんにやく きゅうり たまねぎ にんじん コーン パセリ	631	21.7
15	水	しょうゆラーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう しろみざかなフリッター きよみオレンジ		コムギ (小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん あぶら きびざとう ごまあぶら あぶら	ぶたにく なんと わかめ ぎゅうにゅう しろみざかなフリッター	しょうが にんにく にんじん もやし コーン キャベツ じゃがいも ねぎ きよみオレンジ	586	24.1
16	木	わかめごはん ぎゅうにゅう やきつくねのしんたまねぎソース(2コ) にんじんしりしり にらのみそじる		乳 小麦 卵 コムギ	わかめごはん あぶら きびざとう あぶら	ぎゅうにゅう しろごまつくね ツナ たまごそぼろ あぶらあげ とうふ みそ	にんにく しんたまねぎ にんじん にんじん たまねぎ えのきたけ にら	604	22.0
17	金	ごはん ぎゅうにゅう メバルのこうみソース ちくぜんに ごまキムチじる		乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう あぶら じゃがいも さとう あぶら ごま	ぎゅうにゅう メバルでんぶんつき とりにく ぶたにく とうふ みそ	にんにく しょうが ねぎ ごぼう にんじん ほししいたけ こんにやく れんこん たけのこ きやいんげん しょうが にんじん だいこん こんにやく キムチ ねぎ こまつな	616	25.7
20	月	ごはん どんとろけめしのぐ ぎゅうにゅう さわらのさいきょうあげ いわしだんごじる		コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら	とりにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう さわらさいきょうあげ いわしボール	しょうが ごぼう ほししいたけ こんにやく にんじん こねぎ しょうが にんじん だいこん ねぎ ほうれんそう	621	27.3
21	火	ごはん ぎゅうにゅう はるまき マーボー豆腐		乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう てんぷん ごまあぶら	ぎゅうにゅう はるまき とうふ ぶたにく みそ	にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ にら	708	22.6
22	水	ツイストパン スバゲティナポリタン(こなチーズ) ぎゅうにゅう おいわいこはくフルーツポンチ		小麦 小麦 (乳) 乳	ツイストパン スバゲティ あぶら きびざとう	ベーコン ウィナー こなチーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム ビーマン トマト パイン	610	21.9
23	木	ぶたどん(ごはん) ぎゅうにゅう とうふのみそじる		コムギ 乳	ごはん あぶら さとう	ぶたにく ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ わかめ みそ	しょうが たまねぎ にんじん しらたき こねぎ たまねぎ にんじん ねぎ	587	24.3
24	金	チキンカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう はるキャベツのサラダ(ドレッシング)		乳 小麦 乳	むぎごはん あぶら じゃがいも きびざとう かんきつドレッシング	とりにく ぶたレバー ぎゅうにゅう スキムミルク シュレッドチーズ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん はるキャベツ コーン にんじん えだまめ	629	21.4
27	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのカレーあげ しんじゃがいものそぼろに		乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら あぶら しんじゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さばのカレーあげ ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ	680	23.0
28	火	ごはん たけのこごはんのぐ ぎゅうにゅう あつやきたまご とんじる		コムギ 乳 卵 小麦	ごはん さとう あぶら	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう あつやきたまご ぶたにく とうふ みそ	ほししいたけ たけのこ にんじん えだまめ しょうが ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ	590	26.0
30	木	ごはん ひじきごはんのぐ ぎゅうにゅう とりにくのマーメレードソースかけ キャベツのみそじる		コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら マーメレードジャム	とりにく ひじき あぶらあげ うちまめ ぎゅうにゅう とりにくのからあげ とうふ みそ	ごぼう ほししいたけ こんにやく にんじん えだまめ にんじん たまねぎ もやし キャベツ こまつな	607	25.5
計 14 回				コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均栄養量	625	23.7

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき 8大アレルギーのみ表記したものです。コンタミネーションに関する表記はしていません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが
※ 同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
※ 主食用では、次の食材を含む製品を製造しています。
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。

～4月の行事食～
10日 進級祝い献立
20日 鳥取県郷土料理
22日 入学祝い献立



企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介
株式会社すかいらーくホールディングス様から企業版ふるさと納税でご寄附をいただきました。
寄附金は学校給食運営事業に活用させていただきます。

ご入学・ご進級おめでとうございます
いよいよ新年度がスタートしました。学校給食は、子どもたちの成長のため、エネルギー量や栄養バランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。今年も1年間、よろしくお願ひします。



★小学校1年生の給食は
17日(金) クロワッサン(小麦)・ぎゅうにゅう(乳)
20日(月) デニッシュペストリー(小麦)・ぎゅうにゅう(乳)
21日(火) から完全給食になります。
たくさん食べてガンガン大きくなってくださいね♪



毎月19日は「食育」の日!
毎月19日は「食育の日」! 昨年度に引き続き、今年度も毎月「世界の料理」と「日本各地の郷土料理」を1ヵ月交替で取り入れていく予定です。いろいろな料理を知って下さいね。

