

4月 献立表

令和8年 4月

芙蓉校

日・曜	献立名	材料名（変わることがあります）				栄養量	
		おもに体をつくるものとなる（赤）	おもにエネルギーのもとになる（黄）	おもに体の調子を整えるものとなる（緑）	調味料	エネルギー キロカロリー	たんぱく質 グラム
7 火	始 業 式						
8	ミルクトースト ハムのマリネ	練乳 牛乳 ハム	食パン、バター	キャベツ、胡瓜、玉葱、黄パプリカ	コールスロートレッシング、薄口醤油	803	31.7
水	カレースープ	豚肉、大豆	じゃが芋、油	玉葱、人参、しめじ、パセリ、ガーリックパウダー	カレールー、塩、こしょう、酒		
9	ゆかりごはん 具うどん	鶏肉、かまぼこ 牛乳	ご飯 うどんめん	人参、玉葱、ねぎ、干し椎茸	ゆかり 醤油、酒、薄口醤油、塩、だし昆布、削り節	683	24.3
木	甘酢和え	ハム	砂糖	きゃべつ、きゅうり、人参	りんご酢、薄口醤油		
10 金	ご飯 鶏とたけのこのつくね ひじきの煮物 味噌汁	牛乳 鶏ひき肉、卵 ひじき、さつま揚げ、大豆 油揚げ、味噌	ご飯 でん粉 砂糖、油 じゃが芋	玉葱、筍、干し椎茸、生姜 人参、玉葱、こんにゃく、枝豆 玉葱、人参、ねぎ、小松菜、しめじ	醤油、みりん、酒、塩 醤油、酒、みりん 煮干し	762	35.1
13 月	たけのこご飯 ごまあえ 厚焼卵 すまし汁	牛乳 鶏肉、油揚げ 厚焼卵 豆腐、蒲鉾、わかめ	ご飯、砂糖、油 ごま	筍、人参、干し椎茸、枝豆 もやし、ほうれん草、アスパラ、人参	醤油、みりん、酒、薄口醤油 醤油、みりん	666	27.0
14 火	ご飯 鯖の塩焼き ふきと竹の子の煮物 味噌汁	牛乳 鯖 鶏肉 厚揚げ、味噌、わかめ	ご飯 砂糖、油	ふき、筍、人参 人参、玉葱、ねぎ	塩、酒 薄口醤油、醤油、酒、みりん 煮干し	806	33.4
15 水	ミルクパン ミートスパゲティ	牛乳 豚ひき肉	ミルクパン スパゲティ、オリーブ油	玉葱、しめじ、人参、にんにく、トマト缶、グリーンピース	ケチャップ、ハヤシルー、赤ワイン、塩、こしょう、ブイヨン、ソース	817	31.5
16 木	イタリアンサラダ オムライス 春雨スープ 佐賀みかんゼリー	牛乳 卵シート、鶏肉 豚肉	ご飯/油 春雨、油	玉葱、マッシュルーム、トマトピューレ、グリーンピース 玉葱、チンゲンサイ、人参、きくらげ みかんゼリー	塩、こしょう、ケチャップ、赤ワイン 薄口醤油、中華味、塩、こしょう、酒	757	26.9
17 金	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ ワンタンスープ	牛乳 鶏肉 鶏豚湯	ご飯 さとう、でん粉、油 ワンタン	玉葱、人参、筍、ピーマン、生姜、にんにく 人参、もやし、きくらげ、玉葱、青梗菜	塩、こしょう、ケチャップ、醤油、酢、酒、中華味 塩、酒、中華味	790	28.7

4月 献立表

令和8年 4月

芙蓉校

日・曜	献立名	材料名（変わることがあります）				栄養量	
		おもに体をつくるものとなる（赤）	おもにエネルギーのもとになる（黄）	おもに体の調子を整えるものとなる（緑）	調味料	エネルギー キロカロリー	たんぱく質 グラム
20	ご飯 そぼろ煮	牛乳	ご飯			726	26.4
			鶏ひき肉、厚揚げ	じゃが芋、油、砂糖	玉葱、人参、いんげん、干し椎茸、蒟蒻		
月	切干大根の酢の物		油揚げ	砂糖、ごま油	切干大根、胡瓜、人参、きくらげ		
21	ご飯 鶏肉の唐揚げ しらす和え じゃが芋の味噌汁	牛乳	ご飯			784	29.4
			鶏肉	小麦粉、でん粉、油			
火			しらす干し	ごま油、砂糖、ごま	キャベツ、人参、レモン果汁		
			味噌、油揚げ、わかめ	じゃが芋	玉葱、人参、しめじ、ねぎ		
22	ミルクパン 麻婆春雨	牛乳	ミルクパン			729	26.9
			豚ひき肉、赤味噌、米味噌	春雨、砂糖、油	玉葱、葱、人参、きくらげ、白ねぎ 干し椎茸、にんにく、生姜		
水	和風サラダ			きゅうり、キャベツ、人参、アスパラガス、ホールコーン	和風ドレッシング、薄口醤油		
23	ご飯 チキンカレー 海藻サラダ 甘夏	牛乳	ご飯			772	23.6
			鶏肉	じゃが芋、油	玉葱、人参、りんごピューレ、にんにく		
木			海藻ミックス		キャベツ、きゅうり、人参		
				甘夏			
24	ご飯 さわらの唐揚げ 茎わかめの金平 すまし汁	牛乳	ご飯			744	31.5
			さわら	油			
金			茎わかめ、さつまあげ	砂糖、ごま、ごま油、油	人参、ごぼう、いんげん、蒟蒻		
			豆腐、蒲鉾		小松菜、人参、干し椎茸		
28	わかめご飯 野菜ラーメン	牛乳	わかめご飯の素、しらす干し	ご飯		728	27.8
			豚肉、鶏豚湯	ラーメン麺（冷）、油	玉葱、人参、青梗菜		
火	ごま酢和え		鰯糸卵	砂糖、ごま	もやし、きくらげ、ホールコーン キャベツ、人参、胡瓜		
29	昭和の日						
水							
30	ご飯 いわしのトマト煮 切干大根の煮付け 味噌汁	牛乳	ご飯/かしわもち			726	27.6
			いわしのトマト煮				
木			さつま揚げ	ご飯/砂糖、油	切干大根、人参、いんげん		
			豆腐、わかめ、味噌		玉葱、人参、しめじ、葱		