

令和8年 4月分学校給食献立予定表



※牛乳は毎日200mlが1本つきます。

波佐見町立学校給食センター

日付 曜日	こ ん だ て		主 な 働 き と 材 料 名						栄 養 価		
			体をつくるものになる		体の調子を整えるものになる		エネルギーのものになる		エネルギー(kcal)		
	主食	お か ず	赤の仲間の食品		緑の仲間の食品		黄色の仲間の食品		たんぱく質(g)		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校	
8 水	ごはん	ハヤシライス コールスローサラダ	牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ マッシュルーム グリーンピース	きゅうり とうもろこし	米 小麦粉 さとう	バター 油	-	767
9 木	はちみつパン	ビーフン汁 かぼちゃフライ 塩もみきゅうり チーズ	豚肉 かまぼこ	牛乳 チーズ	にんじん こねぎ かぼちゃフライ	たまねぎ きゅうり	はちみつパン ビーフン	油	581	748	
10 金	ごはん	とりごぼう汁 いわし生姜煮 おひたし お祝いりんごゼリー	鶏肉 厚揚げ いわし生姜煮	牛乳	にんじん こねぎ ほうれん草	ごぼう しいたけ キャベツ	米 さとう りんごゼリー	油	608	742	
13 月	コッペパン	マカロニスープ 魚のチーズマヨネーズ焼き チンゲンサイのソテー いちごジャム	鶏肉 ホキ	牛乳 チーズ	にんじん パセリ チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	コッペパン マカロニ いちごジャム	油 ノンエッグ マヨネーズ	615	遠足	
14 火	むぎ 麦ごはん	みそ汁 彩り野菜のミンチカツ たけのこの土佐煮	豆腐 小麦粉 ミンチカツ かつお節 ちくわ	牛乳 わかめ	にんじん こねぎ きぬさや	たまねぎ たけのこ	米 小麦 じゃがいも さとう	油	595	757	
15 水	波佐見の ごはん	中華スープ 揚げギョウザ きゅうりの中華あえ	つくね ギョウザ	牛乳	にんじん	もやし たまねぎ きゅうり	米 春雨 さとう	油 ごま油	589	749	
16 木	しょう 小コッペパン	スパゲティナポリタン フルーツ入りサラダ	豚肉 ウインナー	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ マッシュルーム みかん缶 パイン缶	コッペパン スパゲティ さとう	油	603	762	
17 金	ごはん	かきたま汁 こいわしの梅の香揚げ きんぴら	豆腐 卵 豚肉	牛乳 こいわし	にんじん こねぎ ほうれん草	たまねぎ ごぼう	米 でん粉 さとう	油 ごま	遠足	741	
20 月	ごはん	ポークカレー カラフルサラダ	豚肉	牛乳	にんじん 赤ピーマン	たまねぎ えだまめ おろしりんご きゅうり	米 じゃがいも さとう	油	597	739	
21 火	むぎ 麦ごはん	ちやーしゃんどうふ 家常豆腐 ちゅうかふう 中華風あえもの	豚肉 厚揚げ 赤みそ	牛乳	にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ	米 小麦 さとう でん粉	油	630	781	
22 水	波佐見の ごはん	じゃがいものそぼろ煮 ごますあえ ミニももゼリー	鶏挽肉 厚揚げ さつま揚げ	牛乳	にんじん いんげん	たまねぎ こんやく	米 さとう じゃがいも でん粉 ももゼリー	油 ごま	610	750	
23 木	こめこ 米粉パン	ごもく 五目うどん きなこ豆 オレンジ	鶏肉 かまぼこ 大豆 きな粉	牛乳	にんじん こねぎ	たまねぎ オレンジ	米粉パン うどん でん粉 さとう	油	581	736	
24 金	ごはん	つみれ汁 とりく 鶏肉とパプリカの炒め物	とびうおボール 鶏肉	牛乳	にんじん ピーマン ほうれん草 赤ピーマン	たまねぎ えのきたけ	米 でん粉 さとう	油	596	738	
27 月	ごはん	ぶた汁 あつや たまご やさい いた 厚焼き卵 野菜炒め	豚肉 小麦粉 厚揚げ 厚焼き卵 ちくわ	牛乳	にんじん こまつな	ごぼう だいこん キャベツ	米 じゃがいも	油	628	756	
28 火	ゆかり むぎ 麦ごはん	わかたけ 若竹汁 チキンカツ もやしのごまあえ かしわもち	豆腐 かまぼこ チキンカツ	牛乳 わかめ	乾燥赤しそ にんじん	たけのこ たまねぎ もやし キャベツ	米 小麦 さとう かしわもち	油 ごま	646	751	

※都合により献立内容を変更することがあります。

☆献立表では、「こんにやく」を食品の働きの仲間わけの「体の調子をととのえるものになる」に分類しています。
食品群では5群に入ります。

今月の県内産食材・地元製造食材の紹介
米・豆腐・厚揚げ・わかめ・しめじ・たまご・かまぼこ・きゅうり・もやし・えのき・こんにやく・
小麦粉・ほうれん草・だいこん・にんじん・キャベツ・じゃがいも・たまねぎ・こねぎ

それぞれの学年で、給食開始日が違います。ご確認ください。

4月 8日(水)～ 中学2・3年生のみ給食開始
9日(木)～ 小学2～6年生給食開始
10日(金)～ 中学1年生給食開始
16日(木)～ 小学1年生給食開始

ご入学・ご進級おめでとうございます

爪は短く切っていますか？
手をきれいに洗いましたか？
体調は悪くないですか？

髪の毛が出ていませんか？
マスクから鼻と口が出ていませんか？
給食着は清潔ですか？

5月5日は「端午の節句」
「五節句」のひとつです。この日には「こいのぼり」を飾ったり、菖蒲湯(しょうぶゆ)に入って、邪気をはらい、成長と健康を願うという風習があります。また、家が絶えないようにという願いを込めて、「柏もち」が食べられます。
給食では、一足早く28日に柏もちが登場します。