

きゅうしょくこんだてよていひょう

令和8年 4月

岩国市北部学校給食センター

日	曜日	献立名	給食に使用している食品						栄養価		給食なしの学校
			おもに体をつくる食品 (あかのなかま)		おもに体の調子をととのえる食品 (みどりのなかま)		おもに熱や力になる食品 (きいろのなかま)		小学校	中学校	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質	たんぱく質	
8	水	ごはん ぶたにくのしょうがいため じゃがいものみそしる 【中】パリッシュ	牛乳 ぶたにく なまあげ とうふ みそ	わかめ かたくちいわし	にんじん さやいんげん にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ たまねぎ えのきたけ	こめ さとう じゃがいも	あぶら ごま	600 25.7	767 33.6	本郷小1年、本郷中1年 錦清流1年 美和小1~5年 美和中1年
9	木	ごはん にくじゃが れんこんサラダ	牛乳 ぎゅうにく なまあげ		にんじん さやいんげん こまつな にんじん	たまねぎ れんこん キャベツ	こめ じゃがいも こんにゃく さとう	あぶら ごま ごまドレッシング	653 23.6	822 28.6	錦清流1年 美和小1年
10	金	ハヤシライス かいそうサラダ	牛乳 ぎゅうにく まぐろみずに	かいそう	にんじん	たまねぎ しめじ にんにく とうもろこし キャベツ きゅうり	こめ さとう	あぶら ごまあぶら	577 21.9	717 26.7	
13	月	ごはん なまあげのにくみそに ごますあえ	牛乳 ぶたミンチ なまあげ みそ あかみそ		にんじん ねぎ ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ	こめ さとう	あぶら ごま	578 22.9	722 27.7	
14	火	こくとうパン(小) クリームシチュー キャベツのソテー	牛乳 とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ しめじ グリンピース キャベツ とうもろこし	こくとうパン じゃがいも	あぶら あぶら	530 23.0	687 28.9	
15	水	ちらしずし なのはなのごまあえ すましじる おいわいデザート	牛乳 あぶらあげ とうふ はんぺん けずりぶし	わかめ	にんじん なのはな にんじん にんじん ねぎ	もやし たまねぎ えのきたけ	こめ さとう さとう	あぶら おいわいデザート	608 23.6	771 29.1	
16	木	ゆかりごはん(減) かしわうどん ひじきとだいずのサラダ	牛乳 とりにく けずりぶし とりにく だいず	わかめ ひじき	あかしそ こまつな にんじん	ねぎ キャベツ とうもろこし	こめ うどん さとう	あぶら ごまドレッシング	587 23.9	739 29.3	
17	金	むぎごはん ツナまめそぼろ あいしょうじる 【中】ヨーグルト	牛乳 とりにく まぐろみずに だいず たまご ベーコン とうふ しろみそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん にんじん ねぎ	えだまめ しょうが たまねぎ	こめ むぎ さとう さつまいも	あぶら	619 27.0	830 35.7	
20	月	ごはん いわしのうめに ごまあえ とうふじる	牛乳 いわしのうめに とうふ あぶらあげ けずりぶし		こまつな にんじん にんじん ねぎ	もやし たまねぎ	こめ さとう	ごま	552 22.8	670 26.1	
21	火	コッペパン セルフミートサンド ラビオリスープ 【中】ベビーチーズ	牛乳 ぎゅうにく だいず	ベビーチーズ	にんじん にんじん	にんにく たまねぎ キャベツ たまねぎ とうもろこし	コッペパン ひよこまめ ラビオリ	あぶら	582 26.9	785 35.9	本郷小
22	水	ごはん マーボーとうふ もやしナムル	牛乳 とうふ とうふ ぶたにく あかみそ		にんじん いら こまつな にんじん	たまねぎ しょうが もやし	こめ さとう でんぶん さとう	ごまあぶら ごまあぶら	599 25.7	748 31.7	
23	木	ごはん こまつなとひじきのごますあえ こうやとうふのうまに	牛乳 こおりとうふ とりにく	ひじき しらすほし	こまつな にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ	こめ さとう	ごま あぶら	595 26.0	745 31.8	
24	金	チキンカレー フルーツカクテル	牛乳 とりにく		にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく しょうが みかん おとうろ パイナップル	こめ じゃがいも	あぶら はちみつレモンゼリー	618 18.3	771 22.0	
27	月	ごはん ぎょうざ ちゅうかさサラダ はるさめスープ	牛乳 ぎょうざ ベーコン	くきわかめ わかめ	にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし たまねぎ とうもろこし	こめ さとう はるさめ	ごまあぶら ごまあぶら	533 16.5	647 18.6	本郷小 本郷中 宇佐川小 錦中
28	火	コッペパン にくだんごのミルクスープ マカロニサラダ	牛乳 こおりとうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー にんじん	たまねぎ しめじ にんにく とうもろこし とうもろこし	コッペパン マカロニ	あぶら ノンエッグマヨネーズ	577 23.8	729 29.5	
30	木	ごはん はるまき ひじきナムル ちゅうかさスープ	牛乳 はるまき とうふ	ひじき わかめ	こまつな にんじん にんじん ねぎ	もやし はくさい たまねぎ とうもろこし	こめ さとう	あぶら ごまあぶら ごま ごまあぶら	587 15.6	709 18.1	

*休校・天候などの関係で、献立内容を変更することがあります。ご了承ください。