

令和8年

4 月 中 学 校 給 食 献 立 表

北部共同調理場(電話:269-7082)

日 曜	こんだてめい 食材等の都合により献立が変わることがあります。			食 品 の 働 き						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)
				主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		
				1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミン	5群 炭水化物	6群 脂質	
8 水	ココアパン	牛乳	チキンのマスタード焼き コーンサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ だいこん セロリ	パン じゃがいも マカロニ	ドレッシング	761 31.1 26.5 2.7
9 木	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 のり酢あえ 鶏だんご汁	さば みそ とりつみれ あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう	キャベツ だいこん ねぎ しょうが えのき	ごはん さとう	ごまあぶら	762 26.8 21.3 2.5
10 金	行事食 菜めし	牛乳	花形ハンバーグ和風ソース すまし汁 キャベツの浅漬け お祝いゼリー	ぶたにく とうふ とりにく かまぼこ	牛乳	にんじん こまつな みずな	キャベツ きゅうり だいこん ねぎ しいたけ	ごはん さとう かたくりこ ゼリー	ごま	752 31.7 18.7 3.5
13 月	ごはん	牛乳	ホキのり塩フライ ツナごまあえ キャベ豚汁	ホキ ツナ ぶたにく みそ あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん チンゲンサイ	もやし キャベツ ねぎ こんにゃく	ごはん じゃがいも あぶら	ごま ドレッシング	794 31.5 26.9 2.4
14 火	ごはん	牛乳	上州麦豚コロquette 上州きんぴら tonton汁 ぐんまけん献立	ぶたにく とうふ さつまあげ みそ あぶらあげ ミートボール	牛乳	にんじん	ごぼう だいこん ねぎ しょうが しめじ えのき こんにゃく	ごはん じゃがいも すいとん さとう	あぶら バター ごま	865 27.4 26.1 2.8
15 水	ごはん	牛乳	ハヤシライス 大豆とツナのサラダ レモンソーダゼリー	ぶたにく だいたい ツナ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり エリンギ マッシュルーム	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	810 25.8 21.8 2.9
16 木	ごはん	牛乳	あじフライ ごまあえ 若竹汁 しゅん:たけのこ,わかめ	あじ えびしんじょ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	もやし たけのこ だいこん ねぎ しいたけ	ごはん さとう パンこ	あぶら ごま	727 29.4 20.1 2.4
17 金	こめっこぱん	牛乳	ハムチーズサンドフライ イタリアンサラダ コーンクリームスープ	ハム とりにく	牛乳 チーズ	にんじん パプリカ	きゅうり キャベツ コーン たまねぎ	パン じゃがいも パンこ	あぶら ドレッシング	880 35.9 34.4 3.5
20 月	麦ごはん	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ ヨーグルト	ぶたにく	牛乳 かいそう ヨーグルト	にんじん パプリカ	たまねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ	麦ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	864 26.9 22.7 3.0
21 火	ごはん	牛乳	さわらの西京焼き ひじきの炒り煮 かきたま汁 アセロラミニゼリー しゅん:さわら	さわら みそ ぶたにく だいたい とうふ たまご	牛乳 ひじき	にんじん にら	だいこん ねぎ しいたけ こんにゃく	ごはん さとう かたくりこ ゼリー	あぶら	747 36.0 20.2 2.3
22 水	バンズパン	牛乳	チキンのチーズ焼き ジャーマンポテト ABCスープ	とりにく ベーコン ウィンナー	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ コーン	パン じゃがいも マカロニ	あぶら	827 31.5 32.5 3.1
23 木	ごはん	牛乳	ごまだれ焼肉 ナムル 水きょうぎスープ	ぶたにく ごおりとうふ みそ	牛乳	にんじん パプリカ こまつな	たけのこ たまねぎ ねぎ しょうが きゅうり もやし だいこん にんにく キャベツ しいたけ	ごはん ぎょうぎのかわ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら ごま ドレッシング	771 29.2 20.9 2.6
24 金	わかめごはん	牛乳	厚焼きたまご 大根と水菜のサラダ 豚肉と野菜のしょうが煮	たまご ぶたにく あつあげ	牛乳 わかめ	にんじん みずな	だいこん きゅうり たまねぎ しょうが こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	763 30.3 22.5 3.2
27 月	ラーメン	牛乳	たこ型たこ焼き バンバンジーサラダ とんこつラーメンスープ	たこ とりにく ぶたにく いか	牛乳	にんじん にら	もやし きゅうり キャベツ しいたけ にんにく	ラーメン こむぎこ かたくりこ	あぶら ドレッシング	749 34.3 20.6 4.1
28 火	ミルクパン	牛乳	スパニッシュオムレツ チーズサラダ ペンネのトマトソース煮	たまご ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト パセリ	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ なす エリンギ にんにく	パン じゃがいも ペンネ	あぶら ドレッシング	860 32.1 28.7 3.6
30 水	ごはん	牛乳	若鶏のからあげ(2) 昆布づけ じゃがいもたまねぎのみそ汁	とりにく とうふ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん かきな みずな	キャベツ きゅうり たまねぎ	ごはん じゃがいも かたくりこ	あぶら	829 32.8 29.8 3.0
月平均栄養量										798 31.4 24.6 3.0

☆()の数はもりつけ数です。

行事食「入学・進級祝い」



ご入学、ご進級おめでとうございます!
今月の行事食は、お祝い献立です。
花の形をしたハンバーグや、桜の形のかまぼこ
を使ったすまし汁、お祝いゼリーで、見た目も楽
しめるようにしました。



【今月の前橋産の食材】

こめ きゅうり こまつな
ねぎ みずな キャベツ
チンゲンサイ など



【前橋市学校給食Instagram】

