



令和8年度

4月給食献立予定表

秩父市立荒川共同調理場



日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品 (赤)	熱や力のもとになる食品 (黄)	からだの調子を整える食品 (緑)	I値 - kcal	たんぱく質 g
9	木	ごはん	牛乳	ヤンニョムチキン チョレギサラダ 豆腐と野菜のスープ	牛乳 とりにく わかめ のり とうふ ベーコン	ごはん かたくりこ あぶら さとう ごま	しょうが にんにく トマト キャベツ にんじん たまねぎ こまつな	809	38.0
10	金	地粉うどん	牛乳	わかめうどんの汁 竹輪の磯辺揚げ③ 塩昆布あえ	牛乳 わかめ なると ちくわ こんぶ	うどん こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ キャベツ こまつな	786	30.1
13	月	チキンライス	牛乳	カボチャひき肉フライ ポトフスープ お祝いいちごゼリー	牛乳 とりにく ウィンナー ぶたにく	ごはん あぶら じゃがいも さとう パンこ	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム かぼちゃ ブロッコリー キャベツ いちご	891	30.2
14	火	ごはん	牛乳	さばの味噌煮 かきたま汁 ほうれん草のごま和え	牛乳 さば とりにく とうふ みそ	ごはん かたくりこ さとう ごま	にんじん たまねぎ こまつな ほうれんそう キャベツ もやし	811	35.1
15	水	厚切り食パン チョコレートパテ	牛乳	ポテくまぶめるコロック コーンポタージュ グリーンサラダ	牛乳 ベーコン	パン あぶら こむぎこ バター さとう	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー えだまめ じゃがいも	832	26.1
16	木	わかめごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 厚焼きたまご こまつなサラダ	牛乳 とりにく ツナ	ごはん じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ とうもろこし	799	28.8
17	金	子どもパン	牛乳	ハンバーグデミソース 花野菜サラダ ABCスープ	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく	パン あぶら さとう じゃがいも マカロニ たまねぎドレッシング	たまねぎ トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし にんじん キャベツ	802	32.2
20	月	こぎつねごはん	牛乳	サーモンフライ 若竹汁 プチたいやき	牛乳 とりにく あぶらあげ わかめ とうふ さけ	ごはん あぶら さとう こむぎこ あんこ	にんじん しょうが えだまめ ねぎ たけのこ こまつな	880	34.1
21	火	ごはん	牛乳	味付きチキンカツ じゃがいもの味噌汁 磯香あえ	牛乳 とりにく わかめ のり とうふ あぶらあげ みそ	ごはん あぶら さとう じゃがいも パンこ	にんじん ほうれんそう もやし	810	29.1
22	水	ツイストパン	牛乳	ボークビーンズ プレーンオムレツ イタリアンサラダ	牛乳 だいす ぶたにく たまご	パン じゃがいも さとう あぶら イタリアンドレッシング	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ ブロッコリー とうもろこし	823	35.2
23	木	ごはん	牛乳	チキンカレー カラフルフルーツゼリー チーズ	牛乳 とりにく チーズ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト パインアップル もも みかん りんご ぶどう	845	26.6
24	金	中華麺	牛乳	味噌ラーメン 春巻き ほうれん草のナムル	牛乳 ぶたにく なると みそ	めん あぶら ごまあぶら さとう こむぎこ	しょうが にんにく にんじん キャベツ もやし いら ねぎ ほうれんそう たけのこ	802	30.5
28	火	ごはん	牛乳	豚キムチ コーン焼売② 春雨サラダ	牛乳 ぶたにく なまあげ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら はるさめ パンこ	しょうが にんにく はくさい もやし キャベ いら にんじん とうもろこし たまねぎ	855	33.3
30	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス ごぼうサラダ パリッシュ	牛乳 ぶたにく いわし	ごはん じゃがいも あぶら ごま	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト ごぼう きゅうり とうもろこし れんこん	839	26.0

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。 ◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

入学、進級おめでとうございます！

荒川共同調理場は、荒川東小学校・荒川西小学校・影森小学校・久那小学校・荒川中学校の5校の給食を作っています。学校給食は、子供たちの成長や健康を考え、栄養バランスの摂れた食事を提供します。食に関する知識を深めて、食事の楽しさや食べ物に感謝する心、食文化などを伝えていきます。また、安全安心でおいしい給食づくりに努めますので、どうぞよろしくお願いいたします。



みんなで協力して給食の準備を行いましょ。給食の準備のポイントを確認してみましょ。

てをあらう



きゅうしょくとうばんのみじたく

マスクをつける
はなと口をしっ
かりおおう



きれいなはくい
をきる

ぼうしからかみ
の毛が出ないよ
うにする

つめをみじかく
切っておく

きゅうしょくをもりつける

