



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 す	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)	1人分 - kcal	タンパク質 g
10	金	じごなうどん	牛乳	わかめうどんのしる ちくわのいそべあげ② しおこんぶあえ	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	622	23.8
13	月	チキンライス	牛乳	カボチャひきにくフライ ポトフスープ おいわいいちごゼリー	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	667	23.9
14	火	ごはん	牛乳	さばのみそに かきたまじる ほうれんそうのごまあえ	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	608	27.6
15	水	あつぎり しょくパン 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 パター 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	678	21.8
16	木	わかめごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに あつやきたまご 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	610	23.6
17	金	子どもパン	牛乳	ハンバーグデミソース はなやさいサラダ 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	628	25.9
20	月	こぎつねごはん	牛乳	サーモンフライ わかたけじる 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	680	28.0
21	火	ごはん	牛乳	あじつきチキンカツ じゃがいものみそしる いそかあえ	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	603	22.6
22	水	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ プレーンオムレツ イタリアンサラダ	牛乳 だいた 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	646	28.4
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 パイナップル もも みかん りんご ぶどう	649	21.9
24	金	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン はるまき ほうれんそうのナムル	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 たら ねぎ ほうれんそう たけのこ	674	24.7
27	月	ごはん	牛乳	とりのからあげ② かぼちゃとんじる たくあんあえ	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ごはん あぶら じゃがいも ごま さとう こむぎこ	かぼちゃ にんじん だいこん ねぎ ほうれんそう もやし	635	23.6
28	火	ごはん	牛乳	ぶたキムチ コーンしゅうまい② はるさめサラダ	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 にら にんじん とうもろこし たまねぎ	669	27.4
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	641	21.7

◆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。  
◆荒川東小学校、影森小学校の一年生は、4月14日から給食がはじまります。

## 入学、進級おめでとございます！

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う。給食の準備のポイントを確認してみましょう。

### 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  
はなとくちをしっ  
かりおおう



ぼうしからかみ  
のけがでないよ  
うにする

きれいなはくい  
をきる

つめをみじかく  
きっておく

### きゅうしょくをもりつける

