

4月予定献立表

今月の目標「学校給食について知ろう」

はまっこ給食センター（東中、西中、南中、北中、中萩中、大生院中、川東中）

令和8年度

給食の予定日は、各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

中学校

日曜日	献立名	主な材料						その他
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品		
		主にたんぱく質（1群）	主に無機質（2群）	主にカロテン（3群）	主にビタミンC（4群）	主に炭水化物（5群）	主に脂質（6群）	
	魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実		
13月	牛乳		牛乳					
	わかめご飯		わかめ			米		
	ホキのレモンソースかけ	ホキ			レモン果汁	でん粉, 砂糖	油	酒, 塩, 胡椒, 醤油, 味醂
	ハリハリサラダ			人参	切干大根, きゅうり	砂糖	ごま	酢, 醤油, 塩
	白菜スープ	肉団子		人参, パセリ	白菜, 玉ねぎ, きくらげ		ごま油	鶏だし, コンソメ, 酒, 醤油, 塩, 胡椒
14火	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	鶏肉の生姜焼き	鶏肉					油	塩, 生姜, 酒, 味醂, 醤油
	じゃが芋の金平	じゃが芋		さやいんげん		じゃが芋, つきごんにやく, 砂糖	油	醤油, 味醂, とうがらし, だし汁
	沢煮椀	豚肉, 油揚げ		人参, ねぎ	えのきたけ, 玉ねぎ, もやし			酒, 塩, 胡椒, 醤油, 花かつお(だし用)
のりの佃煮		のりの佃煮						
毎月 第3水曜日は【水産の日】								
【ようけカムday】かむことを意識した献立です。								
15水	牛乳		牛乳					
	肉ごぼう丼(ご飯)	豚肉		人参, ねぎ	玉ねぎ, ごぼう	米, 糸こんにやく, 砂糖	油	生姜, 醤油, 味醂, 酒
	きびなごのから揚げ		きびなごからあげ				油	
	白菜と沢庵の煮びたし				白菜, もやし, たくあん			醤油, 味醂
16木	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	さけフライ	鮭フライ					油	
	春キャベツのサラダ			赤パプリカ	キャベツ, コーン		減塩和風ドレッシング	
	ミネストローネスープ	ベーコン, 白いんげん豆		人参, トマト, パセリ	玉ねぎ, セロリー	じゃが芋		鶏だし, コンソメ, 醤油, 塩, 胡椒
清見				清見				
17金	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	シュウマイ	シュウマイ						
	炒めナムル			人参	もやし, 枝豆	砂糖	ごま油	塩, 酢, 醤油
豆腐の中華煮	カット豆腐, 豚肉		人参, テンゲン菜	玉ねぎ, きくらげ	砂糖, でん粉	油, ごま油	酒, 生姜, にんにく, 醤油, 鶏だし, 中華だし, オイスターソース	
毎月 19日は【食育の日】								
第1回おいしい給食グランプリ～給食のみそ汁作っちゃおう～ 受賞作品「ラーメン風みそ汁」 受賞名「ビックリ野菜麺・おもしろい(^^)賞」								
21火	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	さばの竜田揚げ	鯖				でん粉	油	醤油, 酒, 味醂, 生姜
	新玉ねぎのそぼろ煮	鶏肉, 大豆粉		さやいんげん	玉ねぎ	でん粉	油	醤油, 酒, とうがらし, 生姜
	ラーメン風みそ汁	豚肉, 味噌		人参	白菜, えのきたけ, コーン		バター	煮干(だし用)


子どもたちが考えたみそ汁です！
次ページのQRコードからレシピが見れます♡

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品		
		主にたんぱく質 (1群)	主に無機質 (2群)	主にカロテン (3群)	主にビタミンC (4群)	主に炭水化物 (5群)	主に脂質 (6群)	
	魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺芋・砂糖	油脂・種実		
【入学お祝い献立】								
22水	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	さんまのおかか煮	さんまおかか煮						
	ごま和え			さやいんげん	キャベツ, コーン	砂糖	ごま	醤油
	若竹汁	豆腐, かまぼこ	わかめ	人参	たけのこ, 玉ねぎ			花かつお(だし用), 醤油, 塩
お祝いデザート(いちご)					ゼリー			
23木	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	鶏肉のから揚げ	鶏肉				でん粉	油	にんにく, 生姜, 醤油, 酒
	ツナともやしのソテー	ツナ, 大豆粉			もやし, 枝豆		油	塩, コンソメ, 鶏だし, 胡椒
野菜スープ	ウインナー		チンゲン菜, 人参	玉ねぎ	じゃが芋		醤油, 塩, 胡椒, 鶏だし, コンソメ	
24金	牛乳		牛乳					
	カレー (麦ご飯)	豚肉, きざみ大豆		人参	玉ねぎ, グリンピース	米, 麦, じゃが芋	油	にんにく, 塩, 胡椒, カレー粉, パーモントカレーフレーク, とろけるカレールウ, 醤油, ウスターソース
	オムレツ	オムレツ						
ハムとひじきのサラダ	ハム	ひじき		キャベツ, コーン	砂糖	オリーブ油	醤油, 酢, 胡椒	
27月	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ハムステーキ	ポロニアステーキ						
	ドレッシングサラダ			キャベツ, きゅうり, コーン	砂糖		オリーブ油	酢, 醤油, 塩, 胡椒
ポークビーンズ	大豆, 豚肉		人参	玉ねぎ	じゃが芋, 砂糖	油	酒, トマトピューレ, トマトケチャップ, シチューミックス(ビーフ用), 塩, ウスターソース, 鶏だし	
日本全国味めぐり「青森県」								
28火	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	かぼちゃの天ぷら			かぼちゃ天ぷら			油	
	バラ焼き	牛肉		人参	玉ねぎ	砂糖	油	酒, 醤油, 味醂, 生姜, にんにく
けの汁	きざみ大豆, 高野豆腐, 油揚げ, 味噌		人参, ねぎ	大根, ごぼう	つきこんにやく		こんぶだし, 花かつお(だし用)	
30木	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	ハンバーグ	ハンバーグ				砂糖		トマトケチャップ, ウスターソース, 中濃ソース
	粉ふき芋		青のり			じゃが芋		塩, 胡椒
	ABCスープ	ベーコン		人参, バセリ	玉ねぎ, セロリー, キャベツ	マカロニ		醤油, 塩, 胡椒, 鶏だし, コンソメ
パテチョコ					パテチョコ			

※ 給食費は、中学校は380円になります。中学生は、新居浜市より80円の補助が出ます。(教職員除く)
 また、徴収している給食費については、全て食材の購入のみに使用しています。
 ★ 材料の都合により献立を変更することがあります。

はまっこ給食センターで給食が作られます

おいしい給食グランプリ
 受賞作品「ラーメン風みそ汁」
 レシピはこちらから →→→→



入学*進学
おめでとう



毎月「日本全国味めぐり」として、全国各地の郷土料理や特産物を取り入れた献立が登場します。
 地場産物は郷土の気候風土からの贈り物です。お楽しみに！！



新居浜市学校給食オリジナル
味ぐりのマーク