



予定献立表



今月の目標 小学校・中学校 「 郷土の食べ物を知ろう 」

学校給食センター（垣生小、神郷小、多喜浜小、泉川小、船木小、角野小、船木中、泉川中、角野中）
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。

令和8年度

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他
		主に体をつくるものになる赤の食品	主に無機質（2群）	主に体の調子を整えるものになる緑の食品	主にエネルギーのもとになる黄の食品			
		主にたんぱく質（1群）	主にたんぱく質（1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	
1木	牛乳		牛乳					
	豚キムチチャーハン	豚肉		人参	キムチ、白ねぎ、きくらげ	米	油、ごま油	にんにく、酒、醤油、塩、胡椒、鶏だし
	じゃこカツ	じゃこカツ					油	
	もやしとコーンのソテー				もやし、コーン		油	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒
	塩こうじスープ	ベーコン		人参、ねぎ	キャベツ、大根、しめじ	糸こんにゃく		鶏だし、醤油、酒、塩こうじ
	オレンジシャーベット					シャーベット		
2金	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	さんまのピリ辛焼き	秋刀魚			白ねぎ	砂糖	ごま	生姜、味噌、醤油、コチジャン
	キャベツのこんぶ煮		塩こんぶ		キャベツ		ごま油	醤油、味噌
5月	芋炊き	油揚げ、鶏肉		人参、ねぎ	大根、ごぼう、干し椎茸	里芋、型抜きこんにゃく、砂糖	油	醤油、味噌、煮干（だし用）
	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	スーパーチキン	鶏肉		にら		でん粉、砂糖	油、ごま油	生姜、にんにく、醤油、酒、コチジャン、味噌
6火	粉ふき芋		青のり			じゃが芋		塩、胡椒
	キャベツのスープ	ベーコン	わかめ	人参	キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ			醤油、塩、胡椒、鶏だし、コンソメ
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
7水	あじの甘酢あんかけ	鰯		赤パプリカ	玉ねぎ	でん粉、砂糖	油	酒、塩、胡椒、酢、醤油、味噌
	きんぴら	じゃこ天		人参、さやいんげん	ごぼう	つきこんにゃく、砂糖	油、ごま油	醤油、味噌、とうがらし、だし汁
	沢煮椀	豚肉、油揚げ		人参、ねぎ	大根、玉ねぎ、しめじ			酒、塩、胡椒、醤油、花かつお（だし用）
	のりの佃煮		のりの佃煮					
8木	牛乳		牛乳					
	パン					パン		
	鶏肉のマスタード焼き	鶏肉					マヨネーズ	白ワイン、塩、胡椒、粒入りマスタード
	ピーマンのソテー	かつお節		青ピーマン、赤パプリカ	もやし		油	醤油、味噌
9金	ジュリアンスープ	ベーコン		人参、ねぎ	玉ねぎ、キャベツ、きくらげ			醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
	牛乳		牛乳					
	麦ご飯					米、麦		
	カレー	鶏肉、きざみ大豆		人参	玉ねぎ	じゃが芋	油	にんにく、塩、胡椒、カレー粉、ウスターソース、醤油、パームオイル、カレーフレーク、とろけるカレールウ
10土	えびフライ	えびフライ					油	
	ひじき入り甘酢炒め	ハム	ひじき		キャベツ、コーン	砂糖	油	醤油、酢、胡椒
	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
11日	さけの漬けステーキ	鮭				砂糖、でん粉		醤油、味噌、酒、にんにく
	アーモンド炒め			チンゲン菜	キャベツ、コーン		アーモンド、油	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒
	豚汁	豚肉、油揚げ、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ、しめじ	さつま芋、つきこんにゃく		煮干（だし用）
	ブルーベリーゼリー					ゼリー		
12火	牛乳		牛乳					
	ご飯					米		
	大学芋					さつま芋、大学いも、用たれ	油	
13水	炒めナムル				もやし、枝豆	砂糖	油、ごま油	酢、醤油
	肉団子のスープ	肉団子	わかめ	人参、ねぎ	玉ねぎ、干し椎茸			醤油、塩、胡椒、鶏だし、コンソメ
	牛乳		牛乳					
14木	パン					パン		
	鶏肉のガーリック焼き	鶏肉					オリーブ油	酒、にんにく、塩、胡椒
	ツナと野菜のソテー	ツナ、大豆粉		チンゲン菜	もやし		油	鶏だし、塩、胡椒
15金	コンソメスープ	ベーコン		かぼちゃ、人参、パセリ	玉ねぎ			醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
	牛乳		牛乳					
	ちらし寿司	松山揚げ、えび		人参	ごぼう、れんこん、干し椎茸、グリーンピース	米、砂糖	ごま	酢、塩、酒、醤油、味噌
16土	ざんき	鶏肉				でん粉	油	生姜、にんにく、鶏だし、醤油、酒
	しらす入り煮びたし		ちりめん	チンゲン菜	キャベツ			醤油、味噌
	すまし汁	サイコロ豆腐	わかめ	人参、ねぎ	玉ねぎ、しめじ			花かつお（だし用）、醤油、塩

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になる黄の食品		
		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	
毎月19日は食育の日								
19月	牛乳		牛乳			パン		
	パン							
	ツナオムレツ	ツナオムレツ						
	青菜のソテー	大豆粉		チンゲン菜	もやし、コーン		油	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒
	ミネストローネスープ	豚肉、白いんげん豆		人参、トマト、パセリ	キャベツ、玉ねぎ		油	酒、鶏だし、コンソメ、醤油、塩、胡椒
	パテチョコ					パテチョコ		
20火	牛乳		牛乳			米		
	ご飯							
	焼きぎょうざ	餃子						
	炒めハリハリサラダ		ちりめん	人参	切干大根	砂糖	油	酢、醤油、胡椒
	麻婆豆腐	豆腐、豚肉、味噌		人参、にら	玉ねぎ、干し椎茸、たけのこ	砂糖、でん粉	油、ごま油	にんにく、生姜、酒、醤油、トウバンジャン、オイスターソース
21水	毎月 第3水曜日は【水産の日】							
	牛乳		牛乳			パン		
	パン					でん粉	油	生姜、酒、醤油
	ホキの青のりフライ	ホキ	青のり					酢
	ごぼうサラダ				ごぼう、きゅうり、コーン	ごまドレッシング、ごま		
	はるさめスープ	ベーコン	わかめ	人参、チンゲン菜	玉ねぎ	春雨、でん粉	ごま油	醤油、鶏だし、中華だし、酒、塩、胡椒
22木	牛乳		牛乳			米		
	ご飯					でん粉		
	豚肉のしょうが焼き	豚肉						酒、生姜、醤油、味酢
	ゆかり和え			人参、ゆかり	キャベツ、きゅうり			醤油
	おふたまみそ汁	卵、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ	麩、じゃが芋、でん粉		煮干（だし用）
23金	牛乳		牛乳			米		
	ご飯					でん粉	油	醤油、酒、味酢、生姜
	さばの竜田揚げ	鯖		小松菜	白菜			醤油、味酢
	白菜のおかか煮びたし	かつお節						
	カレー肉じゃが	豚肉		人参	玉ねぎ、グリーンピース	じゃが芋、糸こんにゃく、砂糖	油	酒、醤油、味酢、カレー粉
26月	牛乳		牛乳			パン		
	パン					でん粉、黒砂糖	油	生姜、酒、塩、胡椒、醤油、味酢
	豚肉のかりんと揚げ	豚肉						
	じゃが芋のソテー			青ピーマン、赤パプリカ	じゃが芋		油	塩、胡椒、コンソメ
	ABCスープ	ベーコン、白いんげん豆		人参、パセリ	玉ねぎ、キャベツ	マカロニ		醤油、塩、胡椒、コンソメ、鶏だし
27火	日本全国味めぐり「東京都」							
	牛乳		牛乳			米		
	ご飯						マヨネーズ	酒、塩、抹茶
	さわらの桑都焼き	鯖、味噌						醤油、味酢
	おかか和え	かつお節		人参	もやし			
	ちゃんこ鍋	鶏肉、サイコロ豆腐		人参、水菜	白菜、白ねぎ、生椎茸		ごま油	生姜、酒、醤油、塩、鶏だし、花かつお（だし用）
28水	牛乳		牛乳			食パン		
	食パン							
	ハムステーキサンド	ポロニアステーキ						
	野菜ソテー			赤パプリカ	キャベツ		油	鶏だし、塩、胡椒
	ポークビーンズ	大豆、白いんげん豆、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、鶏だし、コンソメ、ウスターソース
29木	【ようけカムday】かむことを意識した献立です。							
	牛乳		牛乳			米		
	わかめご飯		わかめ				油	
	きびなごのから揚げ		きびなごからあげ					
	焼きうどん	豚肉、かつお節、セラチン	青のり	人参、ねぎ	玉ねぎ、キャベツ	うどん	油	焼きそばソース、中濃ソース、オイスターソース、醤油、塩、胡椒、中華だし
	冷凍洋なし				冷凍洋梨			
30金	第1回おいしい給食グランプリ〜給食のみぞ汁作っちゃおう〜 受賞作品「せんべい汁」 受賞名「自衛隊でも好評・せんべいバンザイ賞」							
	牛乳		牛乳	子どもたちが考えたみそ汁です！ 下記のQRコードからレシピを見られます♡		米		
	ご飯					里芋コロッケ	油	
	里芋コロッケ			小松菜、人参	キャベツ	砂糖		醤油、味酢
	磯香和え	かつお節	のり	人参	ごぼう、玉ねぎ	せんべい、糸こんにゃく		酒、塩、醤油、花かつお（だし用）

※ 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。

おいしい給食グランプリ！

♡ 受賞作品「せんべい汁」

♡ 受賞名「自衛隊でも好評・せんべいバンザイ賞」

♡ レシピはこちらから →→→→→→→→→→

