

# 令和8年 4月 給食カレンダー

島田市立南部学校給食センター

日	献立名	使われている食品とおもな働き				エネルギー (kcal)	備考
		体を作るもとになる食品 (赤色)	体の調子を整える もとになる食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
10 金	ごはん			こめ		675	初倉小1年 六合小 六合東小1年 初倉中 六合中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	はるまき	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	油 こむぎこ はるさめ でんぷん さとう こめこ	しょうゆ しお	23.2	
	ちゅうかサラダ		ほうれんそう もやし にんじん とうもろこし	さとう ごま ごま油	しょうゆ す しお	879	
	マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ <b>はねぎ</b> しいたけ にんにく しょうが	さとう でんぷん 油	しょうゆ しお ちゅうかスープ トウバンジャン	28.2	
13 月	ごはん			こめ		581	六合東小1年  おしまちゃん ランチ 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	くろはんぺんのおちやてんぶら	くろはんぺん	ちや	こむぎこ でんぷん 油		24.9	
	こまつなとウインナーのソテー	ウインナー	こまつな もやし	油	しお コンソメ	745	
ぐだくさんしまだじる	とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	チンゲンサイ はねぎ しいたけ		かつおだし	29.7		
14 火	ごはん			こめ		609	ぎょうざ 小2こ 中3こ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ぎょうざ	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にはら しょうが	こむぎこ でんぷん さとう 油	しょうゆ しお	20.7	
	ピリからきゅうり		きゅうり	ごま油 さとう ごま	しょうゆ す とうがらし しお	804	
はくさいのうまに	ぶたにく なまあげ	はくさい チンゲンサイ にんじん たけのこ <b>はねぎ</b> しょうが	はるさめ ごま油 さとう でんぷん	さけ ちゅうかスープ しお オイスターソース しょうゆ	25.3		
15 水	むぎごはん			こめ むぎ		605	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とりにくとたけのこのカレー	とりにく チーズ	たけのこ にんじん たまねぎ セロリー りんご にんにく	じゃがいも 油	カレールウ ケチャップ しお ソース チャツネ しょうゆ	24.3	
	しおあじたまご	たまご			しお す	770	
カラフルサラダ (わふうドレッシング)		きゅうり キャベツ パプリカ	ドレッシング		28.0		
16 木	ロールパン			パン		651	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	あじフライ	あじ		パンこ こむぎこ 油	しお	31.7	
	はるキャベツの コールスローサラダ		キャベツ きゅうり にんじん	さとう 油	しお す	799	
ポークビーンズ	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	さとう 油	ワイン ケチャップ ソース スープストック しお	38.0		
17 金	さくらごはん			こめ	しょうゆ しお	656	入学・進級 お祝い こんだて  とりにくの しおからあげ 小1こ 中2こ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とりにくのしおからあげ	とりにく	しょうが	でんぷん 油	しおこうじ	27.7	
	なのはなのおかかサラダ	かつおぶし	キャベツ なのはな とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す しお	865	
	かきたまじる	とうふ たまご	にんじん たまねぎ ほうれんそう	でんぷん	しょうゆ しお かつおだし	35.9	
おいおいデザート	とうにゅう ゼラチン	いちご	さとう				
20 月	むぎごはん			こめ むぎ		648	島田第二 中学校 生徒作成献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	たまねぎ しいたけ しょうが にんにく	油 さとう でんぷん	さけ しょうゆ	28.7	
	ポテトサラダ (マヨネーズ)		キャベツ きゅうり にんじん	じゃがいも マヨネーズ	しお	826	
とうふのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん こまつな ねぶかねぎ えのきたけ		かつおだし	34.5		
21 火	ソフトめん			めん		648	初倉中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ミートソース	ぶたにく みそ チーズ	たまねぎ にんじん	さとう 油	ケチャップ トマトピューレ ソース ベジメタルソース ハヤシルー しお スープストック	25.4	
	おしまちゃんコロッケ		たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ さとう 油 こめこ	しお ブイヨン	800	
チンゲンサイのソテー	ウインナー	チンゲンサイ もやし	油	しお コンソメ	30.8		

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

○地場産物を斜め太字・アンダーラインで表示しています。

○「地場産物を使った料理+具だくさん島田汁」を組合せた献立を「おしまちゃんランチ 

生産者紹介

### < 食物アレルギー関連の留意点 >

○学校給食では、そば・ピーナッツ・いくら・キウイフルーツ・くるみは使用しません。

○マヨネーズは卵が入ったものを使用しています。○魚介類(しらすぼし等)や海藻には、エビ、イカ、カニ、タコなどが混入する場合があります。

○めん(ソフトめん・中華めん・うどんなど)の製造工場では、そば、山芋、大豆を使用した製品を製造しています。

○パンの製造工場では、卵、くるみ、ごま、りんご、もも等を使用した製品を製造しています。

○加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細が必要な場合は学校を通して給食センターにお問い合わせください。



# 令和8年 4月 給食カレンダー



島田市立南部学校給食センター

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考 欠食校 個数など
		体を作るもとになる食品 (赤色)	体の調子を整える もとになる食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
22 水	ごはん			こめ		598	初倉中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	さわらのさいきょうやき	さわら みそ		さとう	しお さけかす	27.1	
	たけのことごぼうのサラダ		ごぼう たけのこ にんじん きゅうり	さとう ごま ドレッシング	しょうゆ さけ みりん	742	
	こまつなとくだんごのスープ	とりにく ぶたにく	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん	でんぶん みずあめ 油	しょうゆ さけ ちゅうかスープ しお がらスープ		
	チーズ	チーズ				30.0	
23 木	せわりパン			パン		632	初倉中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ソーセージのケチャップかけ	ソーセージ		さとう	ケチャップ ソース	22.4	
	やさいたつぶりやきそば	ぶたにく	キャベツ にんじん たまねぎ	やきそばめん 油	しお やきそばソース	782	
	あまなついろフルーツポンチ	とうにゅう かんてん	パイン あまなつみかん もも りんご ぶどう	さとう		27.3	
24 金	ごはん			こめ		557	初倉中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とりにくのうめしそやき	とりにく	しそ うめぼし	油 さとう	さけ みりん しお しょうゆ	28.9	
	きりぼしだいこんのごますあえ		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごま さとう	しょうゆ す	731	
	けんちんじる	とうふ あぶらあげ	にんじん ごぼう しいたけ はねぎ	さとも ごま油	しょうゆ しお かつおだし	36.7	
27 月	ごはん			こめ		601	六合小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	メンチカツ	ぶたにく とりにく	キャベツ	パンこ さとう 油 こむぎこ	しお しょうゆ	23.4	
	れんこんのきんぴら	とりにく さつまあげ	れんこん にんじん こんにやく さやいんげん	ごま さとう 油 ごま油	しょうゆ とうがらし	803	
	さんさいいりさわにわん	ぶたにく	えのきたけ にんじん わらび しめじ たけのこ なめこ ごぼう みつば	はるさめ	かつおだし しょうゆ さけ みりん しお	28.8	
28 火	ごはん			こめ		691	六合小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	かつおとだいのあげに	かつお だいの		でんぶん 油 さとう	しょうゆ みりん	33.7	
	なのはなのごまあえ		キャベツ なのはな にんじん	ごま さとう	しょうゆ	876	
	いりこだしのうちこみじる	とりにく あぶらあげ みそ	にんじん ごぼう だいこん ねぶかねぎ	うどん	しょうゆ にぼしだし	40.1	
30 木	ごはん			こめ		637	六合小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とうふハンバーグのおろしソース	とりにく とうふ	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが だいこん	さとう でんぶん パンこ こむぎこ ぎゅうし	しょうゆ みりん しお	23.5	
	かいそうサラダ(ナムルドレッシング)	かいそう	もやし きゅうり	ドレッシング		833	
	こんさいだんごのスープ	とりにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ごぼう れんこん	さとも でんぶん さとう ラード 油	しお がらスープ スープストック しょうゆ		
かしわもち	かんてん		あずき こめこ さとう 油	しお	29.0		

## がっこうきゅうしょく 学校給食について



がっこうきゅうしょく せいちょうき みな しんしん けんぜん はったつ えいよう  
学校給食は、成長期にある皆さんの心身の健全な発達のために、栄養バランスの  
とれた食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的にすすめるための教  
材としての役割もあります。



### がっこうきゅうしょく えいよう ○ 学校給食の栄養

がっこうきゅうしょく がっこうきゅうしょくせつしゆきじゆん もんぶ かがくしやう もと のぞ えいようりやう さんしゆつ こんだて た  
学校給食は「学校給食摂取基準」(文部科学省)に基づき、望ましい栄養量を算出して、献立を立てています。



### い きやうざい ○ 生きた教材

きゅうしょく じかん じゆんび かたづ かつどう とお ただ てあら つか かた  
給食の時間には、準備から片付けまでの活動を通して、正しい手洗いやはしの使い方  
などの望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。授業で献立や  
食材が取り上げられるなど、教材にもなっています。

