令和８年度　４月　学校給食献立表

江田島市学校給食センター

日	曜	こんだて	おもなざいりょう 赤：おもに体をつくるもとになる 1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	赤：おもに体をつくるもとになる 2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑：おもに体の調子を整えるもとになる 3群 緑黄色野菜	緑：おもに体の調子を整えるもとになる 4群 淡色野菜・果物・きのこ	黄：おもにエネルギーのもとになる 5群 米・パン・めん・いも・砂糖	黄：おもにエネルギーのもとになる 6群 油脂・種実
8	水	ごはん **中学校・分級　給食開始** **そぼろごはん** **しらたまじる**	とりにく ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ グリンピース だいこん しいたけ	こめ さとう しらたまだんご	 あぶら
9	木	むぎごはん **小学校　給食開始** **チキンカレー** **コーンサラダ**	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん こまつな	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ とうもろこし	こめ むぎ じゃがいも さとう	 あぶら あぶら
10	金	ごはん **まーぼーとうふ** **おこめんちゅうかサラダ**	ぶたにく とうふ みそ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん にら にんじん	にんにく しょうが しいたけ たまねぎ もやし きゅうり キャベツ	こめ さとう でんぷん こめこめん さとう	 ごまあぶら ごま
13	月	ごはん **ハヤシライス** **フレンチサラダ**	ぎゅうにく ハム	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん にんじん	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり とうもろこし	こめ さとう さとう	 あぶら バター あぶら
14	火	ごはん **ちくぜんに** **すのもの** **やきプリンタルト**	とりにく ちくわ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん にんじん	れんこん ごぼう こんにゃく きゅうり もやし	こめ じゃがいも さとう さとう やきプリンタルト	 あぶら
15	水	こがたリッチパン **やきそば** **きゅうりのサラダ**	ぶたにく あげはん だいず	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ キャベツ きゅうり レモン	リッチパン ちゅうかめん さとう	 オリーブオイル
16	木	げんまいごはん **食育の日** **さわらのたつたあげ** **はるキャベツのこんぶあえ** **あつあげのみそしる**	さわら なまあげ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	 にんじん ねぎ	 しょうが キャベツ たまねぎ	こめ げんまい でんぷん 	 あぶら
17	金	ツイストパン **オムレツケチャップソース** **キャベシー** **こまつなのミルクスープ**	オムレツ ツナ ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	 にんじん こまつな	 キャベツ たまねぎ しめじ とうもろこし	ツイストパン さとう じゃがいも	 あぶら
20	月	ごはん **てりやきハンバーグ** **ポテトサラダ** **とうふとわかめのみそしる**	ハンバーグ(とりにく) ハム あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	 にんじん ねぎ	 とうもろこし きゅうり たまねぎ えのきたけ	こめ さとう でんぷん じゃがいも さとう	 ノンエッグマヨネーズ
21	火	ごはん **さばのみりんやき** **キャベツのレモンふうみ** **すましじる** **ココアババロア**	さば 	ぎゅうにゅう わかめ	 にんじん にんじん ねぎ	 キャベツ レモン たまねぎ えのきたけ	こめ さとう ココアババロア	
22	水	ゆでうどん **ごもくうどん** **れんこんいため** **げんきヨーグルト**	とりにく あぶらあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ねぎ にんじん にら	しょうが ごぼう たまねぎ しょうが にんにく もやし れんこん	うどん さとう	
23	木	ごはん **さといものそぼろに** **じゃこサラダ**	ぶたにく あげはん みそ 	ぎゅうにゅう わかめ ちりめん	にんじん にんじん	れんこん こんにゃく グリンピース キャベツ だいこん	こめ さといも さとう さとう	 ごまあぶら ごま
24	金	あじつけパン **チキンビーンズ** **チーズサラダ** **いちご**	とりにく だいず 	ぎゅうにゅう チーズ	 にんじん さやいんげん にんじん	 たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし いちご	あじつけパン じゃがいも さとう さとう	 あぶら あぶら
27	月	ごはん **ぶたにらいため** **たまごスープ**	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん にら にんじん	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ たまねぎ しめじ しろねぎ	こめ でんぷん でんぷん	 ごまあぶら
28	火	ごはん **さけのチーズフライ** **ゆかりあえ** **ちくわのすましじる**	さけ ちくわ	ぎゅうにゅう チーズ わかめ	 にんじん ねぎ	 キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ 	 あぶら
29	水	**昭和の日**						
30	木	ごはん **とうふのカレーに** **アスパラのごまみそずあえ**	ぶたにく やきどうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん アスパラガス	しょうが たまねぎ グリンピース キャベツ	こめ さとう でんぷん さとう	 ごま

※材料の都合により，献立を変更することがあります。
※みなさまの給食費は，すべて食材料費に使用されています。

	小学校	中学校
エネルギー（kcal）	630	780
たんぱく質（g）	25.4	30.8
食塩（g）	2.0	2.6

毎月19日は食育の日
旬の食材
・はるキャベツ
・さわら



入学・進級おめでとうございます！

いよいよ新年度がスタートしました。江田島市内全小中学校と江能分級を合わせた約1,200食を江田島市学校給食センターから提供します。
子どもたちの心と体を支えられる「安全・安心な給食」，「おいしい給食」を作るよう努力していきます。給食へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

