

4 月分予定献立表

令和8年度 山之口学校給食センター

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。

※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する調味料のアレルギー表示》

淡口(しょうゆ)	(濃口)しょうゆ	麦みそ	赤みそ	チキンスープ	ウスターソース	デミグラスソース
塩・砂糖・脱脂大豆・小麦・甘味料(小麦・大豆)	脱脂大豆・小麦・塩・砂糖・甘味料(小麦・大豆)	大麦・大豆・食塩・水あめ・酒精・甘味料(大豆)	大麦・大豆・食塩・酒精(大豆)	鶏肉(鶏肉)	たまねぎ・トマト・大豆・砂糖・酢・食塩・香辛料・カラメル色素(なし)	小麦粉・ラード・トマトペースト・たまねぎ・大豆油・チキンエキス・にんにく・砂糖・でんぷん・食塩・香辛料・酵母エキス(小麦・鶏肉)
トマトソース	ケチャップ	ブイヨン	こしょう	洋風ストック	コンソメ	中華だし
トマト・たまねぎ・パプリカ・大豆油・砂糖・にんにく・塩・香辛料(大豆)	トマト・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料(なし)	塩・砂糖・酵母エキス・トマトエキス・オニオンパウダー・ガーリック・香味食用油・香辛料(なし)	黒こしょう・大麦粉(大豆)	塩・砂糖・豚脂・コーンスターチ・でん粉・大豆・ゼラチン・酵母エキス・トマトエキス・かつおエキス・香辛料(大豆・豚肉・ゼラチン)	食塩・デキストリン・麦芽糖・チキンエキス・ぶどう糖・酵母エキス・たん白加水分解物・鶏脂・チキンコンソメ・砂糖・魚醤・香辛料・トマト・オニオン・酸味料(鶏肉・豚肉)	塩・コーンスターチ・砂糖・ガーリック・はくさいエキス・ジンジャーパウダー・香味食用油・香辛料(なし)
Fホワイトルウ		クリームポタージュ		とろけるカレーフレーク		Fカレールウ
小麦粉・ラード・パーム油・砂糖・塩・チキンエキス・チーズ・脱脂粉乳・たまねぎ・ガーリック・香辛料(小麦・乳・大豆・鶏肉)		小麦粉・ホエイパウダー・パーム油・ヤシ油・コーンスターチ・脱脂粉乳・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・全粉乳・野菜パウダー・香辛料・ポークエキス・調味料香辛料抽出物・カロテン色素(乳・小麦・大豆・豚肉)		小麦粉・パーム油・なたね油・砂糖・とうもろこしでん粉・食塩・カレー粉・デキストリン・さつまいも・酵母エキス・白菜エキス・香辛料・キャベツ・オニオン・カラメル色素(小麦)		小麦粉・ラード・パーム油・塩・カレー粉・砂糖・たまねぎ・にんにく・トマト・酵母エキス・香辛料・カラメル色素(小麦・大豆)

献立名	食 材 料				原材料およびアレルギー表示	栄養価 小学校	栄養価 中学校
	主食およびおかず	血や肉になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)			
牛乳	ぎゅうにゅう						
4/ 白ご飯		こめ					
9 マーボー豆腐	ぶたにく とうふ あかみそ	こめあぶら でんぷん	たまねぎ にんにく しいたけ たけのこ ねぎ	卸しょうが 卸しにんにく 淡口 麻婆豆腐の素	【麻婆豆腐の素】 しょうゆ・砂糖・にんにく・しょうが・塩・みそ・ラージャン・チキンエキス・でん粉・ポークエキス (小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	594 24.2 18.9 1.9	704 27.9 21.3 2.3
木 三食ナムル		ごま さとう ごまあぶら	ほうれんそう りょくとうもやし にんにく	淡口 しお 酢			
4/ チーズパン	だっしふんにゅう チーズ	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト			
10 ミートボールのケチャップ煮	牛肉・鶏肉・たまねぎ・豚肉・パン粉・植物性たん白・でん粉・しょうゆ・砂糖・塩(小麦・牛肉・牛乳・鶏肉・豚肉)	にこみようミートボール	こめあぶら さとう	たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー スイートコーン	白ワイン 濃口 酢 ケチャップ ウスター 洋風ストック	571 24.1 20.9 3.1	709 29.2 24.9 4.2
金 春雨スープ	とりにく	こめあぶら はるさめ	たまねぎ にんにく チンゲンサイ	淡口 中華だし しお こしょう チキンスープ			
4/ わかめごはん		こめ みずあめ	わかめ	塩			
13 五目うどん	とりにく なると	うどん	にんにく ほしいたけ ねぎ	にぼしだし 淡口 みりん		618 22.1 15.9 2.8	733 25.6 17.8 3.3
月 豚肉と野菜のみそ炒め	ぶたにく あぶらあげ みそ	こめあぶら さとう	たまねぎ キャベツ にんにく あおまめ	酒 卸しょうが みりん 淡口			
4/ 白ご飯		こめ					
14 肉じゃが	ぶたにく あつあげ	じゃがいも こめあぶら さとう	にんにく たまねぎ いとこんにやく あおまめ	濃口 淡口 みりん 酒	【和風ドレッシング】 大豆油・酢・砂糖・しょうゆ・玉ねぎ・塩・マスタード・こしょう・にんにく (小麦・大豆・豚肉・りんご)	595 21.3 18.5 1.8	710 24.9 20.9 2
火 和風サラダ	わかめ かつおぶし		きゅうり キャベツ	和風ドレッシング			
4/ 減量コッパン	だっしふんにゅう	さとう ショートニング こむぎこ		塩 イースト			
15 ミートソーススパゲティ	ぶたにく だいちミート	スパゲティ こめあぶら さとう	たまねぎ にんにく しめじ	卸しにんにく ケチャップ トマトソース ウスター デミグラス しお コンソメ		579 22.2 19.6 2.3	718 26.7 22.8 2.9
水 コールスローサラダ			キャベツ にんにく きゅうり スイートコーン	コールスロードレッシング	【コールスロードレッシング】 なたね油「大豆油・砂糖・酢・塩・レモン果汁・卵黄」(卵・大豆)		
4/ 白ご飯		こめ					
16 ポークカレー	ぶたにく ひよこまめ	こめあぶら じゃがいも はちみつ	にんにく たまねぎ りんご	卸しにんにく Fカレールウ カレーN チキンスープ		608 19.9 19.5 2.4	724 23.1 22.1 2.9
木 グリーンサラダ			きゅうり キャベツ ブロッコリー	たまねぎドレッシング	【たまねぎドレッシング】 調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にんにく (小麦・大豆・豚肉)		
4/ ミルクパン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	さとう ショートニング こむぎこ		塩 イースト			
17 春キャベツと肉団子のスープ	鶏肉・でん粉・タピオカ・えんどう豆・玉ねぎ・砂糖・海藻ミネラル・塩・香辛料・酵母エキス(鶏肉)	パンフライつくね	キャベツ にんにく たまねぎ	淡口 しお こしょう チキンスープ 洋風ストック		574 21.6 23.9 2.8	710 26.4 28.2 3.6
金 ポテトサラダ	ハム	じゃがいも さとう	きゅうり にんにく	淡口 卵不使用マヨネーズ	【卵不使用マヨネーズ】 なたね油・大豆油・酢・塩・砂糖・大豆たん白・香辛料・酵母エキス・でん粉・調味料(大豆)		

