



2026

4月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	材料の種類と体内ではたらく			エネ ルギー	カル シウム	月	献立名	材料の種類と体内ではたらく	エネ ルギー	カル シウム	日曜	献立名	材料の種類と体内ではたらく	エネ ルギー	カル シウム
			あかの食品	みどりの食品	きの食品												
9	イタリアンサラダ ハンバーグ ケチャップソース コッペパン	コッペパン 牛乳 ハンバーグ ケチャップソース イタリアンサラダ ABCマカロニスープ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 乳成分 牛肉 鶏肉	たまねぎ トマト にんじん にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ にんにく ピーマン	パン 砂糖 油 油 砂糖 でん粉 小麦粉 砂糖 油	596	320	20	チーズポテト ツナそばろ しるごはん	白ご飯 牛乳 ツナそばろ チーズポテト 中華スープ	牛乳 マグロ カツオ 卵 カツオ節 昆布 チーズ 鶏肉 豆腐	にんじん 枝豆 たまねぎ キャベツ にんにく 白ねぎ たけのこ もやし ねぎ	米 油 砂糖 じゃがいも ごま油	621	329	761	356
10	しそあえ サワラの かばやき しるごはん	白ご飯 牛乳 サワラのかば焼き しそあえ 沢煮椀	牛乳 サワラ 豚肉 油揚げ	米 油 砂糖 でん粉 砂糖	618	323	21	おひたし ちくわのいそべあげ しるごはん	白ご飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ おひたし 厚揚げのみそ汁	牛乳 ちくわ あおのり 小麦みそ 厚揚げ わかめ	とうもろこし 小松菜 もやし キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ しめじ	米 小麦粉 でん粉 油 砂糖	619	338	752	364	
13	ナムル ヤンニョム チキン しるごはん	白ご飯 牛乳 ヤンニョムチキン ナムル わかめスープ	牛乳 鶏肉 豆腐 わかめ	にんにく ほうれんそう もやし にんじん たまねぎ えのきたけ	米 でん粉 油 砂糖 ごま油 砂糖 ごま	626	298	22	かいそうサラダ オムレツ しるごはん	白ご飯 牛乳 オムレツ 海藻サラダ カレー	牛乳 卵 昆布 カツオ節 わかめ 昆布 カツオ節 とさかのり 豚肉 大豆 鶏肉	米 でん粉 砂糖 油 水あめ 砂糖	660	407	813	447	
14	おかかあえ ぶたにくの しょうがいため しるごはん	白ご飯 牛乳 豚肉のしょうが炒め おかかあえ かきたま汁	牛乳 豚肉 カツオ節 卵 豆腐	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ねぎ	米 砂糖 油 でん粉	621	283	23	マカロニサラダ ささみの レモンに しるごはん	コッペパン 牛乳 ささみのレモン煮 マカロニサラダ 春野菜のスープ煮	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 大豆粉 鶏肉	レモン果汁 きゅうり とうもろこし アスパラガス にんじん キャベツ たまねぎ	パン 砂糖 油 でん粉 油 砂糖 小麦粉 水あめ 砂糖 油 ノンエッグマヨネーズ	620	322	783	350
15	こんぶあえ イワシの しょうがに しるごはん	白ご飯 牛乳 イワシのしょうが煮 昆布あえ じゃがいものみそ汁	牛乳 イワシ 昆布 小麦みそ	しょうが もやし キャベツ しめじ たまねぎ にんじん ねぎ	米 でん粉 砂糖 砂糖 ごま じゃがいも	633	420	24	おいわいいちごゼリー うめかつおサラダ からあげ しるごはん	白ご飯 牛乳 からあげ 梅かつおサラダ すまし汁 お祝いいちごゼリー	牛乳 鶏肉 カツオ節 昆布 豆腐 ちくわ 豆乳	米 にんにく しょうが キャベツ きゅうり うめ しそ えのきたけ にんじん ねぎ いちご	米 でん粉 油 水あめ 砂糖	673	332	809	345
16	ツナコーンサラダ にくだんごの ケチャップに しるごはん	コッペパン 牛乳 肉団子のケチャップ煮 ツナコーンサラダ ミネストローネ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 マグロ カツオ 鶏肉 大豆	たまねぎ にんにく しょうが とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん セロリ トマト	パン 砂糖 油 油 砂糖 油 砂糖 小麦粉 じゃがいも	632	402	27	ごまあえ サバのしおやき しるごはん	白ご飯 牛乳 サバの塩焼き ごまあえ じゃがいもの そばろ煮	牛乳 サバ れんこん ほうれんそう にんじん たまねぎ にんじん えだまめ	米 水あめ 油 小麦粉 水あめ でん粉 春雨 砂糖	659	298	812	316	
17	ピーンズサラダ かきあげ しるごはん	白ご飯 牛乳 かき揚げ ピーンズサラダ 春雨スープ	牛乳 ハム 卵 乳 大豆 豚肉	たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり キャベツ もやし にんじん ねぎ	米 さつまいも 油 小麦粉 でん粉 油 砂糖 春雨	627	282	28	たくあんあえ はるまき わかめごはん	わかめごはん 牛乳 春巻き たくあんあえ 山菜うどん	牛乳 脱脂粉乳 豚肉 大豆粉 油揚げ 鶏肉	とうもろこし キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが だいこん キャベツ きゅうり わらび たけのこ しめじ なめこ にんじん ねぎ	米 水あめ 油 小麦粉 水あめ でん粉 春雨 砂糖 小麦粉	640	299	760	319
30	ひじきサラダ ポテトフライ しるごはん	コッペパン 牛乳 チリコンカン ポテトフライ ひじきサラダ	牛乳 脱脂粉乳 大豆 青えんどう豆 ひよこ豆 赤インゲン豆 ハム 卵 乳	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	パン 砂糖 油 小麦粉 油 砂糖 じゃがいも でん粉 油 ごま 砂糖 油	684	346	29	ひじきサラダ ポテトフライ しるごはん	コッペパン 牛乳 チリコンカン ポテトフライ ひじきサラダ	牛乳 脱脂粉乳 大豆 青えんどう豆 豚肉 きゅうり	パン 砂糖 油 小麦粉 油 砂糖 じゃがいも でん粉 油 ごま 砂糖 油	684	346	869	383	

* 材料等の都合により、献立、材料を変更する場合があります。献立、アレルギー食材に変更があった場合のみ、お知らせいたします。