



4月 献立表

令和8年

今月の献立のねらい：配膳しやすく食べやすい献立

太田市立城西中学校

日	曜	献立			体の組織を作る食品群		体の調子をととのえる食品群		エネルギーとなる食品群		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂肪(g)	一口メモ
		主食	飲み物	おかず など	1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の 野菜・果物	5群 米・パン・ 麺 いも・砂糖	6群 油脂・種 実				
7	火	新任式・始業式・入学式(給食はありません)											入学、進級、おめでとうございます! 新年度が始まり、新たな気持ちで4月をスタートしたことと思います。給食室一同、みなさんに安全でおいしい給食を届けられるよう努めてまいります。1年間よろしくお願いいたします。	
8	水	ご飯	牛乳	厚揚げのオイスターソース炒め わかめとトックのスープ さくらゼリー	鶏肉 厚揚げ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん チンゲン菜	椎茸 大根 ねぎ	ご飯 砂糖 片栗粉 トック ゼリー	油 ごま	732 25.8 21.5			
9	木	ひじきご飯(ご飯)	牛乳	(ひじきご飯の具) 厚焼き玉子 春キャベツのみそ汁	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ 大豆 卵	牛乳 ひじき	にんじん 椎茸 枝豆 玉ねぎ たけのこ キャベツ	ご飯 砂糖 じゃがいも	油	701 29.6 23.4				
10	金	パーカーハウス	牛乳	ハンバーグトマトソース ABCスープ キャンディチーズ	鶏肉 豚肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ	パン じゃがいも マカロニ	油	787 34.0 30.3			
13	月	ご飯	牛乳	さばのみそ煮 切干大根の煮付け かき玉汁	油揚げ 豆腐 みそ さば 卵 さつま揚げ	牛乳	にんじん 小松菜	切り干し大根 たまねぎ 椎茸	ご飯 砂糖 片栗粉	油	723 27.9 25.4			
14	火	ご飯	牛乳	マーボー豆腐 酢の物	豚肉 豆腐 みそ ツナ	牛乳 わかめ	にんじん にら	たまねぎ 椎茸 ねぎ きゅうり	ご飯 砂糖 片栗粉	油 ごま油	731 31.5 24.6			
15	水	きなこ揚げパン	牛乳	彩りソテー ワントンスープ	ウインナー 豚肉 きなこ	牛乳	にんじん 小松菜 にら	キャベツ 椎茸 もやし コーン	パン ワントンの皮 砂糖	油 ごま油	777 30.6 28.4			給食当番さんへ エプロン・ハンダナ・マスクを忘れずに持ってきてください。清潔に身支度を調べて、安全に配膳ができるようにしましょう。
16	木	ご飯	牛乳	豚肉の南部焼き けんちん汁 オレンジ	豚肉 油揚げ 豆腐	牛乳	にんじん	ごぼう 大根 ねぎ オレンジ	ご飯 じゃがいも 砂糖 ごま	油 ごま油	731 34.4 24.5			
17	金	小黑パン	牛乳	しゅうまい 一口きゅうり 醤油ラーメン	豚肉 なると	牛乳	にんじん にら	きゅうり ねぎ キャベツ もやし	パン 中華麺 しゅうまいの皮	ごま油	714 31.1 21.5			
20	月	麦ご飯	牛乳	ポークカレー レモンゼリーのフルーツあえ	豚肉	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ りんご ブルー 黄桃 パイナップル	麦ご飯 じゃがいも ゼリー	油	815 24.8 20.0			
21	火	こぎつねご飯(ご飯)	牛乳	(こぎつねご飯の具) 甘酢肉団子 すいとん汁	豚肉 油揚げ	牛乳	にんじん	椎茸 枝豆 大根 ねぎ	ご飯 砂糖 すいとん	油	737 30.7 23.3			1年生の皆さんへ ご入学おめでとうございます。中学校の給食時間は小学校よりも短くなっています。みんな協力しながら、準備や配膳をおこないましょう。スムーズに進めることで、落ち着いて食べる時間をしっかり確保することができます。
22	水	食パン	牛乳	ジャーマンポテト トマトスープ スライスチーズ	ベーコン ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん トマト	玉ねぎ セロリー 大根 キャベツ	パン じゃがいも マカロニ	油 バター オリーブ油	720 30.2 26.4			
23	木	ご飯	牛乳	ホキの磯辺フライ 五目豆 豆腐とわかめのみそ汁	ホキ 大豆 鶏肉 豆腐 さつま揚げ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	玉ねぎ 大根 ねぎ	ご飯 砂糖	油	720 31.1 21.7			
24	金	小 Coppéパン いちごジャム	牛乳	ソースまるごと太田焼きそば ごぼうサラダ	豚肉	牛乳	にんじん ピーマン	大根 きゅうり ごぼう コーン キャベツ もやし	パン 焼きそば麺 ジャム	油	865 29.3 26.3			
27	月	わかめご飯	牛乳	肉じゃが キムチあえ	豚肉	牛乳 わかめ	にんじん	大根 きゅうり 玉ねぎ 椎茸 枝豆	ご飯 じゃがいも 砂糖	油	701 26.5 14.2			
28	火	ご飯	牛乳	春巻き しらたきのチャブチェ わかめスープ	豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	ねぎ たけのこ 椎茸 えのき茸	ご飯 砂糖 春巻きの皮	油 ごま油 ごま	704 21.0 24.5			今月の地場産物 ○ねぎ ○キャベツ 根岸さん ※材料名が赤字にしています。
29	水	昭和の日												
30	木	ご飯	牛乳	アジの生姜醤油焼き こんにゃくのおかか炒め 新玉ねぎのみそ汁	アジ みそ 豚肉 削り節 油揚げ さつま揚げ	牛乳	にんじん いんげん	玉ねぎ キャベツ	ご飯 砂糖	油	700 34.0 17.3			

※都合により献立を変更する場合がありますので、予め御了承下さい。

※令和8年度も給食費は無料です。