



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和8年度4月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ <input type="text" value="欠"/>
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
10 金	麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 688	
	ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト りんご セロリー しょうが にんにく	<u>じゃがいも</u> あぶら さとう	カレールウ ケチャップ チャツネ ソース ワイン スープストック 塩 カレーこ こしょう フィッシュカルシウム	25.7 2.5	
	鮭フライ	さけ		あぶら パンこ こむぎこ	塩 こしょう	(中) 862	
	海藻サラダ	かいそう	<u>キャベツ</u> きゅうり		パンパンジードレッシング	31.6 3.4	
13 月	おさくらごはん			<u>こめ</u> むぎ	しょうゆ 酒 塩	(小) 628	入学・ 進級 お祝い 献立
	とりにくのから揚げ	とりにく	にんにく しょうが	あぶら でんぷん こむぎこ こめこ	しょうゆ 塩こうじ ワイン 塩	23.5 2.3	
	アーモンドあえ		<u>キャベツ</u> <u>もやし</u> にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ	(中) 785	
	わかたけじる 若竹汁	とうふ かまぼこ わかめ	たけのこ えのき ねぎ		しょうゆ 酒 塩 みりん <u>かつお節</u> こんぶ	29.4 2.7	
14 火	麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		(小) 615	
	しゅうまい	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぷん さとう こむぎこ	塩	26.6 1.8	
	中華サラダ		<u>キャベツ</u> <u>ごまつな</u> とうもろこし にんじん	ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	(中) 770	
	麻婆豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん ねぎ たけのこ にら しょうが にんにく しいたけ	でんぷん さとう ごまあぶら	しょうゆ 中華だし オイスターソース 酒 トウバンジャン	32.3 2.3	
15 水	玄米パン			<u>パン</u> げんまい		(小) 634	相
	ハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	でんぷん さとう	ケチャップ ソース ワイン 塩 しょうゆ	27.4 3.1	
	野菜とウインナーのソテー	ウインナー	<u>もやし</u> <u>メンケンサイ</u> にんじん	あぶら	コンソメ 塩 こしょう	(中) 873	
	春キャベツの クリームスープ	とりにく <u>ぎゅうにゅう</u>	<u>キャベツ</u> たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	あぶら	ベシメルソース 塩 ガラスープ ワイン スープストック こしょう フィッシュカルシウム	37.0 4.1	
16 木	わかめごはん	わかめ		<u>こめ</u> むぎ さとう	塩	(小) 611	
	しろみざかな なんばん づ 白身魚の南蛮漬け	ホキ	ねぎ	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ 酢 唐辛子	21.7 2.9	
	ポテトサラダ		きゅうり にんじん	<u>じゃがいも</u> ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	(中) 750	
	ワンタンスープ	ぶたにく	<u>キャベツ</u> <u>メンケンサイ</u> たまねぎ にんじん しょうが	こむぎこ あぶら	ガラスープ しょうゆ 酒 中華だし 塩 こしょう	26.9 3.5	
	でこぼん		<u>でこぼん</u>				





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和8年度4月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠	
		赤	緑	黄	調味料等			
		おもに体を 作るもと	おもに体の調子を 整えるもと	おもにエネルギー のもと				
17 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 596	ふるさと 給食 	
	くろ 黒はんぺんのお茶フライ	くろはんぺん	ちや	パンこ あぶら こむぎこ こめこ		24.9 1.9		
	ごもく にまめ 五目煮豆	だいず とりにく こんぶ	こんにやく にんじん ごぼう さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ 酒 みりん	(中) 762		減塩 減塩献立
	こまつな 小松菜のみそ汁	とうふ みそ あぶらあげ	こまつな だいこん たまねぎ にんじん ねぎ		かつお節 さば節	31.1		
	ミニトマト		ミニトマト			2.6		
20 月	マーガリンパン			パン マーガリン		(小) 673	1食当たり の塩分量が 2g未満の 献立です。	
	やさい 野菜コロッケ		にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ	じゃがいも パンこ こむぎこ あぶら さとう でんぷん	塩	23.9 2.4		
	はるやさい ベーコンと春野菜の スパゲッティ	ベーコン	キャベツ たまねぎ なのはな にんじん にんにく	スパゲッティ あぶら	コンソメ 塩 こしょう	(中) 924		
	チンゲン菜とたまごのスープ	たまご とりにく	チンゲン菜 たまねぎ にんじん えのき	でんぷん オリーブオイル	ガラスープ コンソメ スープストック 塩 こしょう フィッシュカルシウム	30.2 3.3		
	フルーツ牛乳かん	ぎゅうにゅう アガー	みかん	さとう				
21 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 638	減塩 減塩献立	
	とりにく 鶏肉とレバーのマリネ	とりにく とりレバー	たまねぎ レモン	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ 酢 カレー粉	26.5 1.9		
	きりぼしだいこん 切干大根のはりはりあえ		きりぼしだいこん きゅうり にんじん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	(中) 777		
	ちゅうか 中華スープ	とうふ ぶたにく わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ	ごまあぶら	ガラスープ しょうゆ 中華だし こしょう オイスターソース 酒 塩	30.9 2.1		
22 水	ソフトめん			ソフトめん		(小) 655		
	ミートソース	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト にんにく	あぶら さとう	ケチャップ ハヤシルウ ソース デミグラスソース ワイン スープストック 塩 こしょう フィッシュカルシウム	26.0 2.6		
	あお 青のりビーンズポテト	だいず あおさ		じゃがいも でんぷん あぶら	塩 こしょう	(中) 798		
	コールスローサラダ		キャベツ きゅうり にんじん		コールスローレッシング	31.4 3.4		
	カラマンダリンオレンジ		カラマンダリンオレンジ					

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

※材料は主原料のみ記載しています。



食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。



April
4月

がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう
学校給食予定献立表

令和8年度4月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ 欠
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を 作るもと	おもに体の調子を 整えるもと	おもにエネルギー のもと			
23 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 636	
	さわら 鱈のキャップ焼き	さわら チーズ	たまねぎ えのき パセリ	ノンエッグマヨネーズ		29.4 1.7	
	たけのことあらめの煮物	ぶたにく あらめ さつまあげ	たけのこ にんじん さやいんげん	さとう	しょうゆ みりん 酒	(中) 805	
	じゃがいも団子のみそ汁	とりにく みそ	たまねぎ だいこん こんにゃく しいたけ ねぎ	じゃがいも でんぷん	みりん かつお節 さば節	37.6 2.2	
24 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 629	
	ぶたにく 豚肉の生姜焼き	ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう あぶら でんぷん	しょうゆ 酒	25.8 1.9	
	マカロニサラダ		キャベツ きゅうり にんじん	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	(中) 766	
	けんちん汁	とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん こんにゃく ごぼう ねぎ	ごまあぶら でんぷん	しょうゆ 酒 塩 みりん かつお節 こんぶ	30.1 2.0	
	いちご		いちご				
27 月	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 656	
	ちくわの天ぷら	ちくわ	ちや	あぶら こむぎこ でんぷん こめこ	カレーこ	24.7 2.2	
	はるさめ 春雨サラダ		もやし きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢	(中) 821	
	にく 肉じゃが	ぶたにく	たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 フィッシュカルシウム	30.2 2.9	
28 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 621	
	あつや 厚焼きたまご	たまご		さとう あぶら でんぷん	酢 みりん しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	23.4 2.1	
	もやしの中華あえ		もやし きゅうり にんじん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩 唐辛子	(中) 771	
	やさしい 野菜のうま煮	ぶたにく あつあげ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうが	はるさめ でんぷん さとう ごまあぶら	オイスターソース 酒 中華だし しょうゆ 塩 こしょう	28.0 2.2	
	きよみ 清見オレンジ		きよみオレンジ				

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

※材料は主原料のみ記載しています。

食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。





がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和8年度4月
牧之原市
学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	お知らせ <input type="checkbox"/> 欠
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を 作るもと	おもに体の調子を 整えるもと	おもにエネルギー のもと			
29 水	 <small>しょうわ ひ</small> 昭和の日 						
30 水	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		(小) 618	
	じゃがいものそぼろあん	とりにく	しょうが	じゃがいも さとう あぶら でんぶん	しょうゆ 酒 みりん	24.6	
	もやしと小松菜のあえもの	のり	もやし こまつな にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	1.9	
	とんじる 豚汁	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こんにやく たまねぎ だいこん にんじん ごぼう ねぎ		かつお節 さば節	(中) 756	
	いちご		いちご			28.9	
						2.3	

がっこうきゅうしょく もくひょう ~学校給食の目標~

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。

心身のすこやかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むための目標が定められています。



適切な栄養と味覚で、
すこやかな体と心を育む。



食べることの大切さや
喜びを知る。



給食を手本に望ましい
食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、
自分でも考え、判断して
食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちをも
って食事をいただくこ
とができる。

他人のことを考えて
思いやり、学校生活を
豊かなものにする。



食を通して地域の伝統
や歴史を学び、食文化
を未来に伝えていく。



献立表について

献立表は、家庭でも給食のメニューを作れるように、料理ごとに使われている食材を記入しています。また、料理の栄養バランスがわかるように、使われている食材を赤・緑・黄の3色のはたらきのグループと調味料に分けて表示しています。

※ 栄養量は小学校は4年生、中学校は2年生の数値です。

献立表を目にしやすい場所に貼り、家庭の食事の参考にしてください。

給食の内容について

いろいろな食材を組み合わせ、栄養バランスのとれた食事になるように献立を考えています。また、季節(旬)の食材や地場産物を活用したり、行事食や郷土料理、世界の料理、児童生徒が考えた献立を取り入れたりするなど、子供たちの「食経験」を豊かに、「食」を楽しむことができるように工夫しています。

