

# 4月の献立予定表

新発田市学校給食紫雲寺共同調理場  
令和8年度 4月

日	曜	こ ン だ て			お も な 使 用 食 品						エネルギー 上段：小学校 下段：中学校
		主 食	の み も の	お か す	あ か おもに体を作る		み ど り おもに体の調子をととのえる		き い ろ おもに熱や力になる		
					たんぱく質	カルシウム	カロテン	ビタミンCなど	炭水化物	脂質	
8	水	ごはん	米粉たこ焼き 牛乳 中華サラダ マーボー丼の具	ぶた肉,たこ,大豆, とうふ,ほたて,み そ	牛乳	にんじん,にら	しょうが,にんにく,メンマ,しい たけ,長ねぎ,キャベツ,きゅうり, きくらげ	米,三温糖,かた くり粉,米粉,春 雨	ごま油,米 油,ごま	- kcal 853 kcal	
9	木	ごはん	いわしのカレーかば焼き 牛乳 コーンおひたし 桜沢煮椀	いわし,ぶた肉,か まぼこ	牛乳	こまつな,にんじ ん,さやえんどう	キャベツ,とうもろこし,ごぼう,た けのこ	米,三温糖,じゃ がいも,春雨	米油	- kcal 777 kcal	
10	金	ごはん	さわらの照り焼き 牛乳 じゃがいものカレーきんぴら 塩ちゃんこ汁	さわら,さつま揚 げ,とり肉,なると	牛乳	にんじん,さやい んげん,にら	だいこん,しいたけ,えのきたけ, はくさい	米,じゃがいも, 三温糖	米油,ごま	618 kcal 748 kcal	
13	月	ごはん	鶏肉の薬味ソースがけ 牛乳 磯香和え 厚揚げのみそ汁	とり肉,厚揚げ,あ やめみそ	のり,牛乳	にんじん,こまつ な	しょうが,長ねぎ,キャベツ,もや し,だいこん,えのきたけ	米,三温糖,じゃ がいも	米油,ごま 油,ごま	634 kcal 767 kcal	
14	火	ごはん	ポークカレー 牛乳 わかめサラダ お祝いデザート(加治小・紫中)	ぶた肉,大豆,みそ, ツナ	わかめ,牛 乳	にんじん	にんにく,しょうが,玉ねぎ,きゅ うり,キャベツ,とうもろこし	米,じゃがいも, 三温糖	米油,カ レールウ, ごま油	603 kcal 733 kcal	
15	水	ごはん	さばのみそ煮 牛乳 さわかめのきんぴら けんちん汁	さば,ぶた肉,みそ, とうふ	茎わかめ, 牛乳	にんじん,さやい んげん	ごぼう,たけのこ,こんにゃく,だ いこん,しいたけ,長ねぎ	米,三温糖,じゃ がいも	米油,ごま 油	626 kcal 780 kcal	
16	木	ゆでうどん	じゃがいもと大豆の揚げ煮 牛乳 たくあん和え きつね汁 お祝いデザート(紫小)	大豆,とり肉,油揚 げ	牛乳	にんじん	たくあん,キャベツ,きゅうり,ごぼ う,玉ねぎ,だいこん,しいたけ,え のきたけ,長ねぎ	ゆでうどん,じゃ がいも,米粉,か たくり粉,砂糖	米油,ごま	633 kcal 765 kcal	
<b>食育の日献立</b>											
17	金	ごはん	ししゃもフライ 牛乳 切干大根のごま酢和え 春の小煮物	からふとししゃ も,とり肉,ほたて, かまぼこ	牛乳	にんじん,こまつ な,さやえんどう	切干しだいこん,もやし,ごぼう, しいたけ,たけのこ,こんにゃく	米,三温糖,さと いも,パン粉,小 麦粉	米油,ごま	644 kcal 763 kcal	
20	月	ごはん	ハンバーグ 玉ねぎソースがけ 牛乳 アーモンド和え 春キャベツのみそ汁	とり肉,ぶた肉,厚 揚げ,あやめみそ	牛乳	こまつな,にんじ ん	もやし,しめじ,玉ねぎ,キャベツ, 長ねぎ	米,三温糖,かた くり粉,じゃがい も	アーモンド	642 kcal 795 kcal	
21	火	ごはん	白身魚のレモンソースかけ 牛乳 ひじきと豆のサラダ かきたまみそ汁	たら,青大豆,とう ふ,あやめみそ,た まご	ひじき,牛 乳	にんじん,こまつ な	レモン,きゅうり,キャベツ,とう もろこし,えのきたけ,長ねぎ	米,三温糖,じゃ がいも,かたくり 粉	米油,ごま 油	610 kcal 751 kcal	
22	水	ごはん	特製焼肉丼の具 牛乳 フルーツのゼリー和え 呉汁	ぶた肉,あやめみ そ,みそ,厚揚げ,大 豆	牛乳	にんじん,ピーマ ン	にんにく,しょうが,玉ねぎ,りん ご,みかん,もも,パイナップル, レク チェ,だいこん,ごぼう,こんにゃ く,長ねぎ	米,三温糖,かた くり粉,じゃがい も	米油,ごま	679 kcal 829 kcal	
23	木	アップルチップパン	スペイン風オムレツ 牛乳 コールスローサラダ 豆乳パンブキンポターージュ	たまご,ベーコン, 白いんげん豆,調 整豆乳	牛乳	ほうれんそう,に んじん,かぼちゃ, ブロッコリー	りんご,キャベツ,きゅうり,とう もろこし,玉ねぎ,しめじ	パン,じゃがい も,三温糖,米粉	リッグ マ ネズ,シ チュールウ	613 kcal 774 kcal	
24	金	ごはん	チキンたれカツ 牛乳 春キャベツの昆布和え コービー 青菜のみそ汁	とり肉,厚揚げ,あ やめみそ,大豆	塩昆布,牛 乳	にんじん,こまつ な	キャベツ,きゅうり,もやし,だい こん,えのきたけ,長ねぎ	米,パン粉,三温 糖,じゃがいも, ミルクコー ヒー	米油	630 kcal 758 kcal	
27	月	ごはん	春巻き 牛乳 こんにゃくサラダ 豆腐の四川風煮	ぶた肉,とうふ	牛乳	にんじん,チング ン菜	キャベツ,きゅうり,サラダこん にゃく,とうもろこし,にんにく, しょうが,たけのこ,きくらげ,は くさい	米,小麦粉,三温 糖	米油,ごま 油,ごま	643 kcal 801 kcal	
28	火	ごはん	厚揚げの肉みそ炒め 牛乳 細切りポテトサラダ トックスープ	ぶた肉,大豆,厚揚 げ,みそ,あやめみ そ,なると	牛乳	にんじん,さやい んげん	しょうが,玉ねぎ,きゅうり,とう もろこし,もやし,メンマ,しい たけ,長ねぎ	米,三温糖,かた くり粉,じゃがい も,トック	米油	602 kcal 738 kcal	
30	木	コーンライス	えびカツ 牛乳 ブロッコリーサラダ あさり入りミネストローネ	えび,たら,ベーコ ン,あさり,大豆	牛乳	ブロッコリー,に んじん,トマト	コーン,キャベツ,とうもろこし, にんにく,セロリ,玉ねぎ	米,パン粉,三温 糖,じゃがいも	米油,オ リーブ油	592 kcal 721 kcal	

## \* 給食の予定 \*

8日(水) 紫雲寺中 給食開始

10日(金) 紫雲寺小2~6年生 給食開始  
加治川小2~6年生 給食開始

14日(火) 加治川小1年生 給食開始

16日(木) 紫雲寺小1年生 給食開始

\* 下線は新発田市産、太字は紫雲寺産のものを示します。

\* 物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。

14日と16日のお祝いデザート1個当たりのカロリーは40kcalです。  
記載のカロリーはお祝いデザート抜きでのカロリーです。