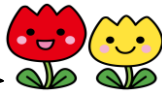


2026年 (R8)



4月の予定献立表



名護市
羽地学校給食センター
TEL58-1233

学校給食摂取基準
 ○エネルギー 650kcal(小学生)
 ○エネルギー 830kcal(中学生)
 ○たんぱく質(小中共通)
 摂取エネルギー全体の13~20%
 ○脂質(小中共通)
 摂取エネルギー全体の20~30%

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

<p>こ ん だ て</p>	<p>ご入学・ご進級おめでとうございます</p> <p>春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。</p> <p>給食から学べること</p> <ul style="list-style-type: none"> ●健康によい食事のとり方 ●地域の産業 ●伝統行事や行事食 ●環境への配慮 ●日本や世界の食文化 ●感謝の心 など 				<p>9(木) 小1・中1 欠食</p> <p>進級お祝いデザート 牛乳</p> <p>パイナップル イチゴ</p> <p>さばの 塩こうじ焼き</p> <p>赤飯</p> <p>イナムドウチ</p>	<p>10(金) 羽地小1年 欠食</p> <p>小1・中1 お祝いデザート 牛乳</p> <p>きのこオムレツ</p> <p>スパゲティ ナポリタン</p> <p>ポテトの チーズ煮</p>
<p>こ ん だ て</p>	<p>13(月) 羽地小1 お祝いデザート マカロニ サラダ 牛乳</p> <p>豚肉の生姜炒め</p> <p>麦ごはん</p> <p>アーサのみそ汁</p>	<p>14(火)</p> <p>オレンジ 牛乳</p> <p>ごまジャコサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>15(水)</p> <p>カップもずく 牛乳</p> <p>もやしのみそマヨ和え</p> <p>深川めし</p> <p>厚揚げのおろし煮</p>	<p>16(木)</p> <p>牛乳</p> <p>紅いもごま団子</p> <p>冬瓜のそぼろあんかけ丼</p> <p>野菜のごま和え</p>	<p>17(金)</p> <p>牛乳</p> <p>ドーナツ</p> <p>ささみチーズフライ</p> <p>汁なしきつねうどん</p> <p>ごぼうサラダ</p>	
<p>こ ん だ て</p>	<p>20(月) 緑風 欠食</p> <p>納豆 牛乳</p> <p>野菜のごまみそ炒め</p> <p>ちくわのオープン焼き</p> <p>麦ごはん</p> <p>玉ねぎのみそ汁</p>	<p>21(火)</p> <p>フルーツナタデココ 牛乳</p> <p>オムレツ</p> <p>麦ごはん</p> <p>チキンカレー</p>	<p>22(水)</p> <p>みかん 牛乳</p> <p>かつおフライ</p> <p>クファージュシー</p> <p>寒天ウサチー</p>	<p>23(木)</p> <p>牛乳</p> <p>スライスチーズ</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>ハンバーグ</p> <p>パーカーハウスパン</p> <p>かぼちゃスープ</p>	<p>24(金)</p> <p>牛乳</p> <p>レモンのカスタードタルト</p> <p>中華ポテト</p> <p>五目あんかけそば</p> <p>棒々鶏</p>	
<p>こ ん だ て</p>	<p>27(月) ひるぎ 欠食</p> <p>牛乳</p> <p>麩イリチー</p> <p>スルルのカリカリフライ</p> <p>麦ごはん</p> <p>チムシンジ汁</p>	<p>28(火)</p> <p>牛乳</p> <p>チョコプリン</p> <p>ブロッコリーソテー</p> <p>魚のトマトチーズ焼き</p> <p>黒糖パン</p> <p>白花豆スープ</p>	<p>29(水)</p> <p>ぼうしはかみのけがでないようにかぶる</p> <p>マスクをつける</p> <p>きれいなはくいをきる</p>	<p>30(木) ひるぎ 7・8・9年生 欠食</p> <p>牛乳</p> <p>パイン缶</p> <p>ビビンバ丼</p> <p>わかめスープ</p>	<p>4月の名護市産食材</p> <p>たまご もやし、パパイア、きゅうり、キャベツ、冬瓜、かぼちゃ、ピーマン、セロリ</p>	

※ 給食に関する問い合わせは : 名護市教育委員会 総務課 学校給食係 ☎ 53-1212 (内線 121 / 130)

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その時は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日	曜日	献立名	3つのグループの働きと使用食材名			
			おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	おもにかや熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	調味料
9	木	赤飯	あずき		米	
		イナムドゥチ	豚肉,白かまぼこ,厚揚げ,みそ	こんにやく,冬瓜,しいたけ		豚だし,かつおだし
		さばの塩こうじ焼き	さば		塩こうじ	料理酒,みりん
		パパイアイリチー	チキアギ(大豆),ツナ	パパイア,にんじん,からしな	サラダ油	しょうゆ,かつおだし
		お祝いデザート			お祝いいちごゼリー(大豆)	
10	金	スパゲティナポリタン	豚肉,無塩せきウインナー(豚肉)	玉ねぎ,ピーマン,にんじん,しめじ,にんにく,トマト	スパゲティ(小麦),三温糖,サラダ油	ケチャップ,ウスターソース,デミグラスソース
		ポテトのチーズ煮	無塩せきベーコン(豚肉),チーズ(乳)	パセリ	じゃがいも,バター	チキンブイヨン(鶏肉)
		きのこオムレツ	卵,チーズ(乳)	マッシュルーム,しめじ,えのきたけ,パセリ,にんにく	サラダ油	
		お祝いデザート小1・中1			お祝いいちごゼリー(大豆)	
13	月	麦ごはん			米,麦	
		アーサのみそ汁	アーサ,厚揚げ,みそ	玉ねぎ,えのきたけ		かつおだし
		豚肉の生姜炒め	豚肉	玉ねぎ,しめじ,しょうが	三温糖,サラダ油,でん粉	しょうゆ,みりん,料理酒
		マカロニサラダ	紅麴ハム(大豆・豚肉)	キャベツ,コーン	マカロニ(小麦),卵なしマヨネーズ,三温糖	
		お祝いデザート羽地小1年			お祝いいちごゼリー(大豆)	
14	火	揚げパン	きな粉(大豆),脱脂粉乳		コッペパン(小麦・大豆・乳),揚げ油,三温糖,黒糖,アーモンド	
		ミネストローネ	無塩せきベーコン(豚肉),白いんげん豆	にんじん,玉ねぎ,にんにく,トマト,セロリ	マカロニ(小麦),じゃがいも,オリーブ油,三温糖	ケチャップ,鶏だし骨
		ごまジャコサラダ	ちりめんじゃこ,けずり節	キャベツ,にんじん,きゅうり	ごま,三温糖,ごま油	酢,しょうゆ
		オレンジ		オレンジ		
15	水	深川めし	あさり,白かまぼこ	しいたけ,しょうが,にんじん,葉ねぎ	米,麦	しょうゆ,みりん,料理酒,かつおだし
		厚揚げのおろし煮	厚揚げ	しいたけ,大根,葉ねぎ,しょうが	三温糖,でん粉	しょうゆ,みりん,かつおだし
		もやしのみそマヨ和え	焼き竹輪,みそ	きゅうり,もやし,コーン	卵なしマヨネーズ	
		カップもずく	味付もずく(小麦・大豆)			
16	木	麦ごはん			米,麦	
		冬瓜のそぼろあんかけ丼	豚ひき肉,厚揚げ,大豆たんぱく	冬瓜,玉ねぎ,にんじん,小松菜,木くらげ,しょうが	サラダ油,三温糖,でん粉	しょうゆ,みりん,料理酒,かつおだし
		野菜のごま和え		いんげん,もやし,にんじん,コーン	ごま,三温糖	しょうゆ
		紅いもごま団子			紅いも,三温糖,もち粉,ごま,揚げ油	
17	金	汁なしきつねうどん	豚肉,なると(卵),油揚げ	にんじん,玉ねぎ,長ねぎ,こまつな,しいたけ	うどん(小麦),三温糖	かつおだし,しょうゆ,みりん,料理酒,煮干しだし(さば)
		ささみチーズフライ	ささみチーズフライ(乳・小麦・鶏肉・大豆)			
		ごぼうサラダ	ツナ	ごぼう,きゅうり,にんじん,シークワーサー果汁	卵なしマヨネーズ,三温糖,ごま	しょうゆ,酢
		ドーナツ			ドーナツ(小麦・卵・乳・大豆)	
20	月	麦ごはん			米,麦	
		玉ねぎのみそ汁	厚揚げ,みそ	玉ねぎ,こまつな,えのきたけ		かつおだし
		ちくわのオープン焼き	焼き竹輪,チーズ(乳),加工乳,脱脂粉乳,けずり節		卵なしマヨネーズ	
		野菜のごまみそ炒め	豚肉,みそ	にんじん,玉ねぎ,ピーマン,なす,木くらげ,しょうが	三温糖,ごま油,でん粉,ごま	しょうゆ,みりん,トウバンジャン
		納豆	納豆(小麦・大豆)			
21	火	麦ごはん			米,麦	
		チキンカレー	鶏肉,レンズ豆,大豆	玉ねぎ,にんじん,パパイア,かぼちゃ,ほうれんそう,トマト,しょうが,にんにく,りんご	じゃがいも,サラダ油	マドラスカレー(りんご・小麦),デミグラスソース,カレールー,ウスターソース,豚だし
		オムレツ	卵,無塩せきベーコン(豚肉),チーズ(乳)	赤ピーマン,トマト,玉ねぎ	サラダ油	
		フルーツナタデココ		ナタデココ,もも缶,みかん缶,パイン缶,シークワーサー果汁		
22	水	クファージュシー	豚肉,チキアギ(大豆),昆布	にんじん,しいたけ,葉ねぎ	米,麦,サラダ油	しょうゆ,豚だし,かつおだし
		かつおフライ	かつおフライ(小麦・大豆)		揚げ油	
		寒天ウサチ	かにかま	寒天,もやし,きゅうり	三温糖,ごま	しょうゆ,酢
		みかん		みかん		
23	木	パーカーハウスパン			パーカーハウスパン(小麦・大豆・乳)	
		かぼちゃスープ	とり肉,白花生・白いんげん豆,加工乳,脱脂粉乳	かぼちゃ,にんじん,玉ねぎ	さつまいも,小麦粉,マーガリン	鶏だし骨
		ハンバーグ	ハンバーグ(小麦・豚肉・鶏肉)		三温糖	ケチャップ,デミグラスソース,ウスターソース
		コールスローサラダ		キャベツ,きゅうり,コーン,シークワーサー果汁	卵なしマヨネーズ	
		スライスチーズ	スライスチーズ(乳)			
24	金	五目あんかけそば	豚肉,いか	にんじん,キャベツ,こまつな,たけのこ,木くらげ,しょうが	中華めん(小麦・大豆),サラダ油,でん粉,ごま油	しょうゆ,オイスターソース,料理酒,豚だし
		パンパンジー	とり肉,ひよこ豆	大根,きゅうり,しょうが	三温糖,ごま油,ごま	しょうゆ,酢,七味唐辛子(ごま)
		中華ポテト			中華ポテト	
		レモンのカスターダルト			レモンのカスターダルト(乳・卵・小麦)	
27	月	麦ごはん			米,麦	
		チムシンジ汁	ぶたレバー,豚肉,みそ	にんじん,葉ねぎ,しょうが,にんにく	じゃがいも	料理酒,みりん,かつおだし
		スルルのカリカリフライ	きびなごカリカリフライ		揚げ油	
		麩イリチー	卵,豚肉,厚揚げ,ツナ缶(大豆)	にんじん,キャベツ,からしな	麩(小麦・大豆),サラダ油	しょうゆ,かつおだし
28	火	黒糖パン			黒糖パン(小麦・大豆・乳)	
		白花生スープ	白花生・白いんげん豆,とり肉,加工乳,脱脂粉乳	玉ねぎ,にんじん,パセリ	じゃがいも,小麦粉,マーガリン	鶏だし骨,チキンブイヨン(鶏肉)
		魚のトマトチーズ焼き	パンガシウス,チーズ(乳)	トマト,玉ねぎ,マッシュルーム,にんにく,バジル	オリーブ油,三温糖	ケチャップ
		ブロッコリーソテー	無塩せきベーコン(豚肉)	ブロッコリー,カリフラワー,にんじん,キャベツ,にんにく	サラダ油	しょうゆ
		チョコプリン			チョコプリン	
30	木	麦ごはん			米,麦	
		ピビンバ	豚肉,牛肉	玉ねぎ,木くらげ,にんじん,糸こんにやく,しょうが,にんにく,白菜キムチ(大豆・小麦),こまつな,もやし	ごま油,三温糖,でん粉,ごま	しょうゆ,料理酒,みりん,コチュジャン(大豆),酢
		わかめスープ	わかめ,豆腐	白菜	ごま油	しょうゆ,鶏だし骨,かつおだし
		パイン缶		パイン缶		

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンドを表示しています。 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いか・えび・かにの稚魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》

①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆) ⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)