



4月 献立表

毎月19日は食育の日
19日は子ども達と
食卓を囲んで、家庭で
食事を楽しみましょう！

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。

| | | | | | |
|---|--|---|---|--|---|
| 献立名 | 6 (月) | 7 (火) | 8 (水) | 9 (木) | 10 (金) |
| | <p>うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすい時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。</p> <p>今年度も、安全・安心で皆さんが楽しみになるようなおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。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。1年間、よろしくお願ひ致します。</p> <p>名護学校給食センター 調理員一同</p> | <p>幼稚園・1年欠食</p> <p>お祝い ケーキ</p> <p>菜の花の あえもの</p> <p>くふあ じゅーしー</p> <p>平つくね</p> <p>進級お祝い献立</p> | <p>桜ゼリー</p> <p>1年欠食</p> <p>せん切り イリチー</p> <p>スーナー</p> <p>ゆかり ごはん</p> <p>イナムドゥチ</p> | | |
| | 13 (月) | 14 (火) | 15 (水) | 16 (木) | 17 (金) |
| | <p>みかん</p> <p>パイヤ キムチあえ</p> <p>沖縄風 やきそば</p> <p>肉春巻き</p> | <p>アスパラ ソテー</p> <p>チーズ</p> <p>ハンバーグ</p> <p>バーガーパン</p> <p>ライス チャウダー</p> | <p>もも缶</p> <p>チキンカレー</p> <p>麦ごはん カレールー 卵オムレツ</p> <p>じゃこ サラダ</p> | <p>コールスロー サラダ</p> <p>照り焼き チキン</p> <p>ピタパン</p> <p>ミネストローネ</p> | <p>三月菓子</p> <p>春雨サラダ</p> <p>麦ごはん マーボー豆腐</p> <p>浜下りにちなんで</p> |
| 20 (月) | 21 (火) | 22 (水) | 23 (木) | 24 (金) | |
| <p>シークァーサー カステラ</p> <p>オムライス チキンライス 薄焼きたまご</p> <p>大根サラダ</p> | <p>手作り ミートローフ</p> <p>フロッコリー サラダ</p> <p>なかよし パン</p> <p>きのこ クリームスープ</p> | <p>いよかんゼリー</p> <p>ひじき 炒め</p> <p>納豆みそ 焼きのり</p> <p>セルフおけざり 麦ごはん</p> <p>豚汁</p> | <p>ヨーグルト</p> <p>大根の キムチあえ</p> <p>焼きうどん</p> <p>大学芋</p> | <p>さばのみそ煮</p> <p>フーチャンプルー</p> <p>麦ごはん もずくのすまし汁</p> | |
| 27 (月) | 28 (火) | 29 (水) | 30 (木) | | |
| <p>冷凍パイ</p> <p>アボガドと 豆サラダ</p> <p>チキンピラフ</p> <p>鮭フライ</p> | <p>さくさく フロランタン</p> <p>タコライス 麦ご飯 タコスミート やさい チーズ</p> <p>アーサの スープ</p> | | <p>米粉ドッグ</p> <p>ふなゲット</p> <p>スパゲッテ ミートソース</p> <p>きゅうりの ツナ和え</p> | <p>なご産食材</p> <p>4月の市内産食材</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉・鶏肉・鶏卵 ・ねぎ・にら・冬瓜 ・トマト・もやし ・セロリ・ピーマン ・ジャンボインゲン ・パイヤ ・しめじ・えのきたけ <p>給食では、名護市内や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。</p> | |

学校給食について

学校給食とは

「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多岐の人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

- 教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。
- 給食の前後に、せっけんできれいに手を洗きましょう。
- 給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。
- マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしましましょう。
- 姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。
- 食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。

2026年 4月 詳細献立表

名護学校給食センター

★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。その際は、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) | おもに力や熱となる 5・6群 (炭水化物・脂質) | 調味料・だしなど |
| 9 /木 | カレー | 豚肉 かまぼこ 昆布 大豆 | 椎茸 人参 ねぎ | 米 麦 こめ油 | 塩 しょうゆ みりん 酒 豚だし骨 |
| | え物 | 平つくね(鶏肉 豚肉) | | | |
| | お祝いケーキ | 糸かまぼこ お祝いケーキ(大豆) | 大根 菜の花 人参 | 三温糖 | 酢 しょうゆ 青じそドレッシング |
| 10 /金 | お祝いゼリー | | ゆかり | 米 麦 | |
| | | 昆布 豚肉 | せん切り大根 人参 しいたけ いんげん | こめ油 三温糖 | 塩 しょうゆ みりん 花かつお 酒 |
| | | 豚肉 かまぼこ みそ 豆腐(大豆) ツナ みそ お祝いゼリー | こんにゃく 人参 ねぎ ほうれん草 | 三温糖 | 花かつお 豚だし骨 塩 しょうゆ 塩 |
| 13 /月 | 肉巻き | 豚肉 ちきあぎ(小麦) 青のり | 玉ねぎ 人参 きゃべつ きくらげ もやし にら | 沖縄そば(小麦) こめ油 | 塩 こしょう 中濃ソース ウスターソース |
| | 肉巻き | 肉巻き(小麦 大豆 豚肉 鶏肉) 大豆油 | | | |
| | ハワイヤのキムチあえ | わかめ ツナ | ハワイヤ 人参 | 三温糖 | キムチ味(大豆 りんご) しょうゆ |
| 14 /火 | ハンバーグ | ハンバーグ(大豆 鶏肉 豚肉) | | バーガーパン(乳 小麦 大豆) | |
| | チーズ | チーズ(乳) | | 三温糖 かたくり粉 | ケチャップ ウスターソース みりん |
| | アスパラソテー | ウィンナー(豚肉) | きゃべつ アスパラ 人参 コーン | オリーブ油 | 塩 こしょう しょうゆ |
| 15 /水 | ライスチャウダー | 鶏肉 アサリ レンズ豆 脱脂粉乳 | 玉ねぎ 人参 しめじ パセリ | 麦 じゃがいも 薄力粉(小麦) バター | しょうゆ 塩 こしょう カレー粉 ホワイトルー(乳 小麦 牛肉 鶏肉 大豆) |
| | チキンカレー | 鶏肉 白花豆 | 人参 玉ねぎ グリンピース にんにく 生姜 | 米 麦 | カレーフレーク カレー粉 ウスターソース 豚だし骨 |
| | ブレンオムレツ | たまご | | じゃがいも こめ油 | |
| 16 /木 | じゃこサラダ | しらすぼし | 白菜 ほうれん草 ゆかり | ごま油 三温糖 | しょうゆ 和風ドレッシング 塩 |
| | 黄桃缶 | 黄桃缶(もも) | | | |
| | 照り焼きチキン | 照り焼きチキン(りんご 小麦 大豆 鶏肉) | | ビタパン(小麦 乳 大豆) | |
| 17 /金 | コールスローサラダ | | きゃべつ きゅうり 小松菜 コーン | 三温糖 | 減塩フレンチドレッシング 塩 酢 |
| | ミネストローネ | 鶏肉 | 人参 玉ねぎ セロリ きゃべつ パセリ にんにく トマト | こめ油 マカロニ(小麦) | ケチャップ 塩 こしょう みりん 鶏だし骨 |
| | マーボー豆腐 | 豆腐(大豆) 豚肉 大豆 みそ | 人参 玉ねぎ しいたけ にら 生姜 にんにく | 米 麦 | |
| 20 /月 | 春雨サラダ | ハム(鶏肉 豚肉 大豆) | もやし 人参 きゅうり きくらげ | 春雨 三温糖 ごま油 | しょうゆ 塩 酢 |
| | 三月菓子 | たまご 牛乳(乳) | | グラニュー糖 薄力粉(小麦) ケーキミックス(乳 小麦 大豆) 大豆油 | |
| | フィッシュ | 鶏肉 | 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ビーマン | 米 麦 三温糖 こめ油 | 塩 こしょう ケチャップ オイスターソース ワイン 豚だし骨 |
| 21 /火 | 薄焼き卵 | たまご | | | |
| | ミニケチャップ | ミニケチャップ | | | |
| | 大根サラダ | わかめ ツナ | 大根 人参 | 三温糖 | しょうゆ 酢 |
| 22 /水 | シークァーサーカステラ | 牛乳(乳) たまご | シークァーサー | 薄力粉(小麦) ケーキミックス(乳 小麦) パーキングパウダー バター(乳) グラニュー糖 チョコ(乳) | |
| | 手作りミートローフ | 鶏肉 牛肉 大豆 豆腐(大豆) 脱脂粉乳 | 玉ねぎ ビーマン | なかもやしパン(乳 小麦 大豆) | |
| | きのこのクリームスープ | 鶏肉 レンズ豆 豆乳(大豆) | マッシュルーム 玉ねぎ 人参 | パン粉(小麦) こめ油 三温糖 かたくり粉 | ナツメグ 塩 こしょう ケチャップ ウスターソース デミグラスソース |
| 23 /木 | ブロッコリーサラダ | | ブロッコリー カリフラワー コーン 人参 | 薄力粉(小麦) バター(乳) こめ油 | 塩 こしょう 鶏だし骨 |
| | 納豆みそ | 納豆(大豆) みそ ツナ | 生姜 | アーモンド 三温糖 | 酢 イタリアンドレッシング |
| | のり | のり | | 米 麦 | |
| 24 /金 | ひじき炒め | ひじき 豚肉 がんも(大豆) | 切り干し大根 きゃべつ にら 人参 | こめ油 三温糖 じゃがいも | 塩 しょうゆ みりん |
| | 豚汁 | 豚肉 みそ | 人参 ごぼう ねぎ こんにゃく しいたけ | ごま油 | 花かつお 豚だし骨 |
| | いよかんゼリー | | | いよかんゼリー | |
| 27 /月 | 大根のキムチ和え | 豚肉 かまぼこ | キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 長ネギ | うどん(小麦) 三温糖 こめ油 | 塩 しょうゆ みりん 酒 豚だし骨 |
| | 大学芋 | 昆布 | 大根 人参 小松菜 | 三温糖 | キムチ味(大豆 りんご) 酢 塩 |
| | ヨーグルト | ヨーグルト(乳) | | サツマイモ 大豆油 水あめ 三温糖 ごま かたくり粉 | しょうゆ みりん |
| 28 /火 | もずくのずまし汁 | もずく | 大根 人参 パクチョイ 生姜 | 米 麦 | |
| | さばのみそ煮 | さばのみそ煮(さば 大豆) | | | しょうゆ 塩 花かつお |
| | フーチャンプルー | たまご 豚肉 豆腐(大豆) | もやし 人参 からしな しょうが | こめ油 ぶ(小麦 大豆) | 塩 こしょう しょうゆ |
| 29 /水 | 鶏肉 | | 人参 玉ねぎ コーン マッシュルーム 赤ビーマン にんにく | 米 麦 こめ油 | 塩 こしょう 豚だし骨 |
| | 鮭フライ | 鮭フライ(小麦 鮭) 大豆油 | | | |
| | アボガドと豆サラダ | ミックスビーンズ(大豆) ベーコン(鶏肉 大豆) | アボガド 大根 ブロッコリー | さつまいも | しょうゆ 塩 青じそドレッシング |
| 30 /木 | 冷凍バイン | | 冷凍バイン | | |
| | タコライス(具) | 牛肉 大豆 チーズ(乳) | 人参 玉ねぎ きくらげ ビーマン にんにく トマト きゃべつ | こめ油 | ケチャップ ウスターソース サルサソース(大豆) デミグラスソース チリソース(小麦) パフリカ粉 塩 |
| | アーサのスープ | アーサ 豆腐(大豆) たまご 鶏肉 | しいたけ 生姜 | かたくり粉 | 塩 しょうゆ 酒 鶏だし骨 |
| 31 /金 | さくさくフロランタン | | レーズン | アーモンド ごま マッシュマロ(ゼラチン) バター(乳) コーンフレーク 三温糖 | |
| | ステーキミートソース | 牛肉 豚肉 大豆 レバー | 玉ねぎ 人参 エリンギ にんにく トマト バジル セロリ | パスタ(小麦) 三温糖 こめ油 | 塩 デミグラスソース ケチャップ ワイン |
| | きゅうりのツナ和え | ツナ チーズ(乳) | きゅうり 小松菜 人参 | 三温糖 | しょうゆ 酢 |
| ふなゲット | ふなゲット(小麦 鶏肉 大豆) 大豆油 | | | | |
| 米粉ドッグ | 米粉ドッグ(たまご 大豆) | | | | |

※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・マカデミアナッツ・もも・やまいち・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド の表示をしています。

※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)