

# 令和8年度 4月分学校給食献立表

《4月のきゅうしょくもくひょう：給食の決まりを身につけよう》

岩国市立灘小学校

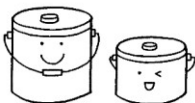
日	曜日	種類	献立名	おもなざいりょう				栄養価 エネルギー 食塩量	家庭で とって ほしい 食品
				あかいろの食品 (おもに体をつくるものになる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのもとになる)	その他の食品		
9	木	主食	ごはん			こめ		622	小魚
		主菜	ハヤシシチュー	ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく	じゃがいも あぶら さとう ルウ	トマトピューレ クチャップ		
		副菜	だいこんサラダ	わかめ ツナみずに	だいこん きゅうり	ごま さとう マヨネーズ	しょうゆ しお		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
10	金	主食	たてわりパン			パン		598	乳製品
		主菜	むぎいりミートソース	ぶたにく とうふ	たまねぎ キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし フロccoliー ほうれんそう	むぎ パンこ さとう	クチャップ ワスターソース しお コンソメ しお こしょう しょうゆ		
		副菜	コンソメスープ	ウインナー					
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
13	月	主食	たけのこごはん	とりにく あぶらあげ	たけのこ にんじん いんげんまめ	こめ あぶら さとう	さけ しょうゆ しお	605	果物
		主菜	しろみざかなのフライ	ホキ		あぶら パンこ こむぎこ でんぷん	しお		
		副菜	とうふじる	とうふ あぶらあげ わかめ かつおぶし	たまねぎ にんじん こまつな		しお しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
14	火	主食	むぎごはん			こめ むぎ		638	小魚
		主菜	ポークカレー	ぶたにく しろはなまめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	じゃがいも あぶら バター こむぎこ はちみつ	カレー粉 ワスターソース しょうゆ トマトピューレ		
		副菜	フルーツヨーグルト	ヨーグルト	もも みかん パイナップル				
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
15	水	主食	コッペパン			パン		591	豆類
		主菜	ミートボールのクチャップに	ミートボール	たまねぎ キャベツ にんじん えだまめ マッシュルーム とうもろこし トマト	じゃがいも あぶら さとう	しお こしょう クチャップ ワスターソース		
		副菜	キャベツととうもろこしのソテー	ベーコン	こまつな キャベツ とうもろこし	あぶら	しお こしょう しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					

## 16日(木) 進級・入学お祝い献立

16	木	主食	ちらしずし	たまご ちくわ あぶらあげ	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ	こめ さとう	す しょうゆ しお	609	いも類
		主菜	いわしのしょうがに	いわし	しょうが	さとう	しょうゆ しお		
		副菜	わかだけじる	とうふ わかめ かつおぶし	たけのこ ねぎ にんじん	みそ			
		デザート	おいわいデザート	とうにゅう	いちごかじゅう	さとう			
17	金	主食	コッペパン(小)			パン		590	豆類
		主菜	ちゃんぽんめん	いか ぶたにく	キャベツ もやし たまねぎ にんじん ねぎ きくらげ	ちゃんぽんめん あぶら	しょうゆ しお こしょう		
		副菜	ひじきとツナのサラダ	ひじき ツナみずに	キャベツ ほうれんそう にんじん	ごま マヨネーズ	しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
20	月	主食	ごはん			こめ		624	海藻
		主菜	マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん しめじ たら しょうが にんにく	ごまあぶら さとう でんぷん	しょうゆ		
		副菜	ナムル	ほうれんそう にんじん もやし		ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ す		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
21	火	主食	ごはん			こめ		603	魚
		主菜	とりにくとやさいのうまに	とりにく あつあげ	たまねぎ にんじん いんげんまめ しいたけ	こんにゃく じゃがいも あぶら さとう	しょうゆ しお さけ		
		副菜	ひじきのにつけ	ひじき とりにく だいず あぶらあげ	にんじん	あぶら さとう	しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
22	水	主食	コッペパン いちごジャム			パン いちごジャム		628	乳製品
		主菜	タラのマイヤーレモンぶうみ	タラ	マイヤーレモンかじゅう	あぶら さとう でんぷん	しょうゆ		
		副菜	ABCスープ	とりにく	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	マカロニ	しお こしょう しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
23	木	主食	ごはん			こめ		651	いも類
		主菜	ぶたにくとあつあげのみそいため	ぶたにく あつあげ みそ	キャベツ にんじん ねぎ しいたけ	あぶら さとう	しょうゆ さけ		
		副菜	ずいぎょうざスープ	ずいぎょうざ	たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ	ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう		
		デザート	とうにゅういちごパンナコッタ	とうにゅう	いちごかじゅう	さとう			
24	金	主食	コッペパン			パン		612	種実類
		主菜	チキンとマカロニのクリームに	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	たまねぎ にんじん ぶなしめじ ほうれんそう	マカロニ あぶら バター こむぎこ	しお こしょう		
		副菜	こまつなサラダ	ツナみずに	こまつな きゅうり キャベツ レモンかじゅう	あぶら さとう	す しょうゆ しお こしょう		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
27	月	主食	ごはん			こめ		633	海藻
		主菜	かんこくふうにくじゃが	ぶたにく あつあげ	たまねぎ にんじん ねぎ にんにく	じゃがいも こんにゃく さとう あぶら ごま	しょうゆ さけ		
		副菜	もやしす	ハム	もやし にんじん だいこん	さとう	す しょうゆ		
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
28	火	主食	ごはん			こめ		639	種実類
		主菜	チキンチキンごぼう	とりにく	ごぼう えだまめ	あぶら でんぷん さとう	しょうゆ みりん		
		副菜	みそしる	わかめ とうふ あぶらあげ みそ にぼし	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	じゃがいも			
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
30	木	主食	ごはん			こめ		619	果物
		主菜	さばのみそに	さば みそ		さとう でんぷん			
		副菜	ごまあえ		ほうれんそう もやし	ごま さとう	しょうゆ		
		副菜	かきたまじる	たまご とうふ かつおぶし こんぶ	にんじん こまつな えのきたけ ねぎ	でんぷん	しょうゆ しお		
飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							

## 給食当番の身支度・準備 ⑥つのポイント

食べ物扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう。



※1年生の給食開始は、14日(火)です。



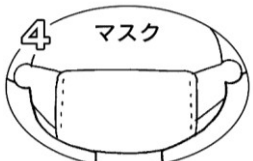
1 つめ  
つめが伸びている人は、みじかき短く切っておきましょう。



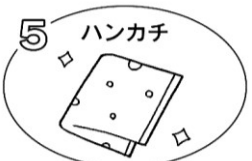
2 白衣  
せいけつ はくい 清潔な白衣をきちんと身につけましょう。



3 帽子  
かみけ 髪がでないようにぼうし帽子をかぶりましょう。



4 マスク  
マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。



5 ハンカチ  
せいけつ 清潔なハンカチを用意しましょう。



6 手洗い。  
せっけんを使って十分な手洗いをしましょう。