



令和8年 4月給食献立予定表

大田学校給食共同調理場

日	曜	献立名	牛乳	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)			
				<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		美東小	美東中		
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	6群 油脂				
9	木	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <p style="text-align: center;">令和8年度給食開始です。本年度もよろしくお願いたします。 安心、安全でおいしい給食を作ります。</p> </div>											
		ハヤシライス	○	秋吉台高原牛 ぶた肉	県産牛乳	にんじん トマト	市内産玉ねぎ にんにく グリーンピース マッシュルーム	市内産米 県産麦	油 ハヤシルウ	619 19.1 2.3	758 22.9 2.9		
		かいそう 海藻サラダ			海藻ミックス	にんじん	キャバツ とうもろこし		油 ごま油				
10	金	むぎ 麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 県産麦					
		まーぼー豆腐 麻婆豆腐		ぶた肉 赤みそ	県産豆腐	にんじん ねぎ	市内産玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	油 ごま油	594 22.6 1.4	727 27.5 1.8		
		ピーフン汁		たまご		にんじん ほうれんそう	ちやし とうもろこし	ピーフン 片栗粉	ごま油				
13	月	アップルパン	○		県産牛乳			アップルパン					
		クリームシチュー		とり肉 豆乳	ベーコン 県産牛乳	にんじん プロックリー	カリフラワー 市内産玉ねぎ	じゃがいも	クリームシ チュールウ 油	690 26.5 3.0			
		ひよこ豆のサラダ		ひよこ豆	わかめ	にんじん	キャバツ		油				
14	火	むぎ 麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 県産麦					
		メンチカツ 切り干し大根のソテー		メンチカツ ベーコン		にんじん	切り干し大根 キャバツ		油	628 22.5 1.8	771 27.0 2.5		
		もずくスープ		ぶた肉 たまご	もずく	にんじん ねぎ	市内産だいこん ちやし	じゃがいも					
15	水	むぎ 麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 県産麦					
		いわしの梅煮 キャバツの昆布和え		いわしの梅煮	塩昆布		キャバツ			581 24.1 2.9	705 28.9 3.6		
		キムチ汁		県産豆腐 県産みそ		にんじん ほうれんそう	はくさい キムチ 市内産ごぼう						
16	木	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <p style="text-align: center;">< 入学・進級 お祝い献立! ></p> </div>											
		あなごちらし寿司	○	県産あなご	県産牛乳 のり	にんじん えだまめ	市内産ごぼう	市内産米					
		はるさめ汁 春雨汁		とり肉		にんじん ほうれんそう	はくさい 市内産だいこん	はるさめ		621 23.4 1.4	738 27.4 1.8		
		ごまあえ 小野茶ムース				にんじん	キャバツ もやし	小野茶ムース	ごま				
17	金	えだまめ 枝豆わかめごはん	○		県産牛乳 わかめごはんの素	えだまめ		市内産米 県産麦					
		にく 肉じゃが		ぶた肉 生あげ		にんじん	市内産玉ねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖	油	580 22.3 1.6	713 27.0 2.0		
		うめ 梅サラダ			わかめ	にんじん	キャバツ きゅうり とうもろこし うめ	砂糖	油				

みんなで じゅんぴ



給食当番は清潔な給食エプロン、帽子、
マスクを準備しましょう

日	曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)		
			牛乳	<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		美東小	美東中
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	6群 油脂		
20	月	パン イチゴジャム	○		県産牛乳			県産パン イチゴジャム		631 23.4 2.7	
		カレースープ		ウィンナー ぶた肉		にんじん ブロックリー	キャベツ 市内産玉ねぎ	じゃがいも	カレールウ 油		
		チーズサラダ			チーズ わかめ	にんじん	キャベツ	砂糖	油		
21	火	むぎ 麦ごはん	○		県産牛乳			市内産米 県産麦		622 24.7 1.9	755 29.7 2.6
		とり 鶏のからあげ いそかあえ		とり肉	のり	にんじん	しょうが にんにく キャベツ もやし	片栗粉 砂糖	油		
		じゃがいものみそ汁		県産豆腐 油あげ 県産麦みそ		ほうれんそう	市内産玉ねぎ なめこ	じゃがいも			
22	水	 <p style="text-align: center;">< 季節の食べ物 たけのこ ></p> <p style="text-align: center;">竹は、地下茎で増えていく植物です。たけのこは、竹の新芽の部分です。 たけのこを食べることで、竹が大きくなることを防ぎ、美しい里山を守ることができます。</p> 									
		たけのこごはん	○	とり肉 油あげ	県産牛乳	にんじん	市内産たけのこ	市内産米 砂糖	油	577 30.8 1.9	702 37.6 2.7
		さわらのみりん漬け ゆかりあえ		さわら		にんじん ゆかり	キャベツ もやし				
とうふじる 豆腐汁	県産豆腐			ほうれんそう にんじん	えのき 市内産玉ねぎ 県産さくらげ						
23	木	 <p style="text-align: center;">< 世界の料理 ビビンバ ></p> <p style="text-align: center;">日本のお隣の国「韓国：大韓民国」の料理です。ご飯の上に、野菜の和え物や 味付けした肉、生卵、コチュジャンなどをのせ、すべてを混ぜて食べます。</p> 									
		ビビンバ	○	秋吉台高原牛 たまご 赤みそ	県産牛乳	にんじん 市内産ほうれん そう	山菜 もやし しょうが にんにく	市内産米 県産麦 砂糖	油 ごま油 ごま	582 21.3 1.7	714 25.7 2.2
		とうふ 豆腐とわかめのスープ		県産豆腐	わかめ	にんじん	しめじ えのき 市内産玉ねぎ				
むぎ 麦ごはん		県産牛乳				市内産米 県産麦					
24	金	とり肉と根菜の炒め物	○	とり肉		にんじん	市内産ごぼう 県産れんこん	市内産さつまいも 砂糖	油	618 28.5 1.3	760 35.2 1.8
		かきたま汁		たまご		にんじん ねぎ	市内産玉ねぎ	じゃがいも 片栗粉			
		パン マーシャルピーンズ			県産牛乳			県産パン マーシャルピーン ズ			
27	月	ビーフシチュー	○	秋吉台高原牛 ぶた肉		にんじん ブロックリー	市内産玉ねぎ しめじ にんにく	じゃがいも	油 ビーフシ チュールウ	796 28.4 3.3	
		レモンサラダ		わかめ		にんじん	キャベツ とうもろこし レモン果汁	砂糖	油		
		むぎ 麦ごはん			県産牛乳			市内産米 県産麦			
28	火	 <p style="text-align: center;">< 季節の食材 アスパラガス ></p> <p style="text-align: center;">アスパラガスに含まれる「アスパラギン酸」には、疲労回復の効果があります。</p> 									
		さけ しおや 鮭の塩焼き スプリングサラダ	○			にんじん	キャベツ 市内産アスパラガス とうもろこし	砂糖	油	530 28.5 1.4	702 38.7 1.9
		すまし汁		県産豆腐 とり肉		にんじん ねぎ	市内産しいたけ 市内産玉ねぎ				
		ちゅうがっこう 中学校のみ ヨーグルト			県産ヨーグルト						
きなこ蒸しパン	きなこ	県産牛乳				蒸しパンミックス 砂糖					
30	木	スパゲティミートソース	○	秋吉台高原牛 ぶた肉 大豆ミート		にんじん トマト	市内産玉ねぎ しょうが にんにく	スパゲティ種	油	579 20.2 1.5	708 24.1 2.1
		プチプチサラダ			パール種	にんじん	キャベツ とうもろこし	砂糖	油		
		きなこと蒸しパン			県産牛乳			蒸しパンミックス 砂糖			

*材料の都合により、献立は一部変更になることがあります。
*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。