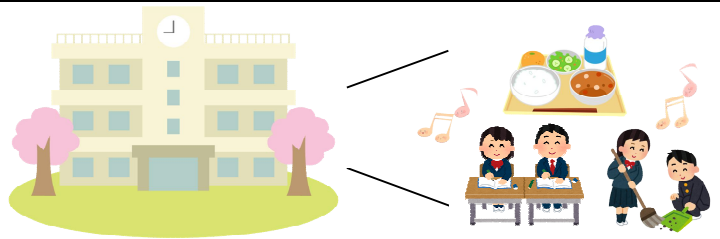



# 令和8年 4月 学校給食献立表 (中学生)

\* 献立は、やむを得ない事情により変更することがあります

月		火					水			木		金			
		一ヶ月 平均										10			
		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)						ビタミン			
												A (μgRAE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
中学生		790	29.6	23.4	403	3.0	295	0.46	0.52	29		米飯 カットゼリー ハヤシライス 福神漬 ドレッシングサラダ 牛乳			
毎日の学校給食を学校栄養士がブログで紹介しています！ <URL> <a href="https://note.com/minohpakupaku">https://note.com/minohpakupaku</a>															
13		14 <採用献立>					15			16		17			
米飯 タッカルビ わかめスープ さかなふりかけ (袋) ナムル 牛乳		にんじんとツナの混ぜご飯 新じゃがいもと鶏肉の照りマヨいため 春キャベツとソーセージのトマトスープ ヨーグルトドリンク					米飯 たらの磯辺揚げ 生揚げのみそ汁 はくさいのポン酢しょうゆあえ 牛乳			コーンライス ガーリックチキングリル コンソメスープ 味付けいりこ ツナポテト 牛乳		米飯 肉じゃが すまし汁 ひじきのいため物 牛乳			
20		21					22			23 <採用献立>		24			
米飯 肉団子の甘酢あん みそスープ 糸こんにゃくのいため煮 牛乳		米飯 かき揚げ 五目汁 うめじそふりかけ (袋) ソースいため 牛乳					米飯 豚キムチ 春雨スープ 大学いも 牛乳			たけのこと塩昆布の炊き込みご飯 さわらの煮つけ 春キャベツと油揚げのみそ汁 鶏肉とはくさいのいため物 牛乳		米飯 みかん缶 チキンカレー 角チーズ キャベツとベーコンの蒸し煮 牛乳			
27		28					29			30					
米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 わかめふりかけ (袋) 竹輪のおかか煮 牛乳		米飯 ピビンパ 中華スープ 焼きとうもろこし 牛乳								キャロットライス 鶏肉のアップルソース焼き グリーンポタージュ だいこんサラダ ヨーグルトドリンク		使用している材料等詳細は「週間献立表」をご確認ください。画像をスクロールするか、「学校給食献立表」の日々の献立名をクリックすると「週間献立表」に移動します。			

## 箕面市の牛乳パックは環境に優しい素材でできています！

箕面市で使用している牛乳パックは、原料の99%が植物由来なので、燃焼時に排出されるCO2（二酸化炭素）はほぼゼロです。また、植物由来原料は再生可能資源なので、飲み終わった牛乳パックをリサイクルすることで、ゴミを減らすことができます。ストローにも植物由来原料が一部使用されており、環境への負荷がとて低いことから、子どもたちが安全に、安心して牛乳を飲めるように、箕面市ではストローを使用しています。



# 週間献立表

令和8年

『学校給食献立表』に戻る場合はここをクリックしてください

								4月10日(金)	
								米飯 カットゼリー ハヤシライス 福神漬 ドレッシングサラダ 牛乳	
								食品名	中学
								米	100 g
								水	140 g
								カットゼリー(みかん)	30 g
								カットゼリー(なし)	30 g
								豚肉	44 g
								たまねぎ	49.5 g
								じゃがいも	33 g
								にんじん	16.5 g
								こまつな	11 g
								セロリ	1.1 g
								油	1.2 g
								トマトピューレ	9.6 g
								トマトケチャップ	9.6 g
								ウスターソース	1.2 g
								米粉ハヤシルウ	4.8 g
								上新粉	1.2 g
								ブイヨン	4.8 g
								水	72 g
								塩	0.6 g
								こしょう	0.02 g
								福神漬	9.6 g
								鶏肉	15 g
								キャベツ	20 g
								にんじん	10 g
								グリーンアスパラガス	5 g
								油	1 g
								酢	1 g
								塩	0.1 g
								砂糖	0.2 g
								こしょう	0.01 g
								牛乳	1 本



# 週間献立表

令和8年

『学校給食献立表』に戻る場合はここをクリックしてください

4月20日(月)		4月21日(火)		4月22日(水)		4月23日(木)		4月24日(金)	
米飯 肉団子の甘酢あん みそスープ 糸こんにゃくのいため煮 牛乳		米飯 かき揚げ 五目汁 うめじそふりかけ(袋) ソースいため 牛乳		米飯 豚キムチ 春雨スープ 大学いも 牛乳		たけのこと塩昆布の炊き込みご飯 さわらの煮つけ 春キャベツと油揚げのみそ汁 鶏肉とはくさいのいため物 牛乳		米飯 みかん缶 チキンカレー 角チーズ キャベツとベーコンの蒸し煮 牛乳	
食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学
米	100 g	米	100 g	米	100 g	米	100 g	米	100 g
水	140 g	水	140 g	水	140 g	水	140 g	水	140 g
肉だんご(チキン)	36 g	焼き竹輪	8.4 g	豚肉	30 g	たけのこ(水煮)	15 g	みかん(缶)	60 g
たまねぎ	24 g	たまねぎ	24 g	酒	0.6 g	にんじん	5 g	鶏肉	44 g
にんじん	12 g	にんじん	12 g	生揚げ	18 g	塩昆布	2 g	しょうが	0.33 g
砂糖	2.4 g	ささがきごぼう	12 g	白菜キムチ	18 g	油	1.5 g	しょうゆ	1.1 g
しょうゆ	2.4 g	上新粉	9.6 g	たまねぎ	24 g	酒	1 g	じゃがいも	44 g
酢	1.2 g	でんぷん	4.8 g	砂糖	0.6 g	塩	0.3 g	たまねぎ	49.5 g
水	18 g	水	6 g	しょうゆ	2.4 g	さわら	1 切	にんじん	11 g
でんぷん	1.2 g	塩	0.24 g	油	1.2 g	酒	1.2 g	こまつな	8.8 g
油	1.2 g	油	6 g	鶏肉	22 g	しょうが	1.2 g	にんにく	0.33 g
豚肉	22 g	鶏肉	27.5 g	はるさめ	3.3 g	砂糖	1.2 g	塩	0.72 g
豆腐(冷)	11 g	だいこん	16.5 g	たまねぎ	22 g	しょうゆ	2.4 g	油	1.2 g
じゃがいも	22 g	にんじん	11 g	キャベツ	16.5 g	みりん	1.2 g	ガラスープ	6 g
たまねぎ	22 g	はくさい	11 g	にんじん	11 g	水	6 g	トマトケチャップ	8.4 g
にんじん	11 g	しめじ	5.5 g	チンゲンサイ	11 g	豚肉	22 g	ウスターソース	3.6 g
チンゲンサイ	11 g	葉ねぎ	5.5 g	油	1.1 g	油揚げ	5.5 g	しょうゆ	2.4 g
信州みそ	6.6 g	けずり節	1.65 g	ガラスープ	4.4 g	新キャベツ	22 g	りんごピューレ	7.2 g
ガラスープ	4.4 g	だし昆布	0.55 g	水	110 g	たまねぎ	11 g	上新粉	4.8 g
油	1.1 g	水	110 g	塩	0.66 g	じゃがいも	11 g	油	3.6 g
水	110 g	しょうゆ	1.1 g	こしょう	0.02 g	にんじん	5.5 g	カレー粉	0.84 g
しょうゆ	1.1 g	塩	0.66 g	しょうゆ	1.1 g	こまつな	11 g	水	72 g
牛肉	20 g	うめじそふりかけ	1 袋	白ごま	1.1 g	油	1.1 g	角チーズ	1 個
糸こんにゃく	20 g	ウイナーソーセージ	20 g	ごま油	1.1 g	赤みそ	5.5 g	ベーコン	8 g
たまねぎ	15 g	たまねぎ	20 g	さつまいも	50 g	信州みそ	4.4 g	油	1 g
にら	5 g	にんじん	10 g	砂糖	2 g	だし昆布	0.55 g	キャベツ	30 g
油	1 g	ピーマン(青)	5 g	油	1.5 g	けずり節	1.65 g	ホールコーン	10 g
しょうゆ	2 g	ウスターソース	1 g	水	0.5 g	水	110 g	ブイヨン	2 g
砂糖	1 g	油	1 g	しょうゆ	0.5 g	鶏肉	15 g	水	10 g
白ごま	1 g	塩	0.1 g	砂糖	1.5 g	はくさい	15 g	塩	0.1 g
牛乳	1 本	こしょう	0.01 g	牛乳	1 本	たまねぎ	15 g	こしょう	0.01 g
		牛乳	1 本			にんじん	10 g	牛乳	1 本
						塩	0.2 g		
						こしょう	0.01 g		
						しょうゆ	0.5 g		
						油	1 g		
						牛乳	1 本		

# 週間献立表

令和8年

『学校給食献立表』に戻る場合はここをクリックしてください

4月27日(月)		4月28日(火)		4月29日(水)		4月30日(木)	
米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 わかめふりかけ(袋) 竹輪のおかか煮 牛乳		米飯 ピビンパ 中華スープ 焼きとうもろこし 牛乳				キャロットライス 鶏肉のアップルソース焼き グリーンポタージュ だいこんサラダ ヨーグルトドリンク	
食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学
米	100 g	米	100 g			米	100 g
水	140 g	水	140 g			水	140 g
鶏肉	72 g	豚肉	42 g			にんじん	10 g
塩	0.36 g	葉ねぎ	3.6 g			ガラスープ	3 g
こしょう	0.01 g	にんにく	0.36 g			塩	1 g
にんにく	0.24 g	油	1.2 g			こしょう	0.01 g
酒	2.4 g	しょうゆ	2.4 g			油	2 g
でんぷん	12 g	砂糖	1.2 g			鶏肉	60 g
油	7.2 g	だいこん	18 g			たまねぎ	24 g
豚肉	11 g	にんじん	18 g			りんごピューレ	7.2 g
たまねぎ	22 g	ほうれんそう	12 g			砂糖	0.96 g
だいこん	22 g	しょうゆ	1.2 g			しょうゆ	2.4 g
にんじん	11 g	コチュジャン	1.2 g			塩	0.18 g
れんこん	5.5 g	鶏肉	22 g			こしょう	0.01 g
つきこんにゃく	5.5 g	生揚げ	16.5 g			ウインターソーセージ	16.5 g
こまつな	11 g	たまねぎ	22 g			じゃがいも	27.5 g
信州みそ	4.4 g	にんじん	11 g			たまねぎ	22 g
赤みそ	5.5 g	もやし	5.5 g			にんじん	11 g
煮干し	3.3 g	こまつな	11 g			クリームコーン(缶)	5.5 g
水	110 g	油	1.1 g			むきえんどう	13 g
わかめふりかけ	1 袋	ガラスープ	4.4 g			油	1.1 g
焼き竹輪	10 g	水	110 g			ブイヨン	4.4 g
じゃがいも	20 g	しょうゆ	1.1 g			豆乳	22 g
にんじん	10 g	塩	0.66 g			水	88 g
たまねぎ	10 g	こしょう	0.02 g			塩	0.77 g
花かつお	0.5 g	ごま油	1.1 g			こしょう	0.02 g
油	1 g	カットコーン	1 個			でんぷん	1.1 g
水	5 g	塩	0.5 g			まぐろ油漬	15 g
しょうゆ	1 g	しょうゆ	2 g			だいこん	25 g
砂糖	0.5 g	みりん	2 g			きゅうり	10 g
牛乳	1 本	油	1.5 g			にんじん	5 g
		牛乳	1 本			油	1 g
						酢	2 g
						しょうゆ	0.5 g
						塩	0.2 g
						砂糖	0.5 g
						ヨーグルトドリンク	1 本