

[令和8年4月 献立予定表]

(A)

福井市学校給食センター

日	献立名	アレルギー			材料の名前と働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		小麦	卵	乳	赤(おもに体を作るものになる)		緑(おもに体の調子を整えるものになる)		黄(おもにエネルギーのものになる)		小学校	中学校
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂		
8日 (水)	ごはん									こめ		
	いわしのカリカリ焼き				いわし			しょうが		みずあめ さとう こめ じゃがいも てんぷん	あぶら	557 728
	ひじきの炒め煮				ぶたにく あぶらあげ	ひじき	にんじん	こんにゃく えだまめ		さとう	あぶら	23.1 29.4
	のっぺい汁				とりにく		にんじん	だいこん ねぎ		さといも てんぷん		
	牛乳			○		牛乳						
9日 (木)	ごはん									こめ		
	米粉揚げぎょうざ				ぶたにく だいたんぱく		にら	キャベツ しょうが		てんぷん さとう こめこ	あげあぶら ラード だいたんぱく	579 716
	チンゲンサイのソテー						にんじん チンゲンサイ	もやし			ごまあぶら	19.1 22.5
	ビーフンスープ				ぶたにく		にんじん にら	たまねぎ たけのこ		ビーフン		
	牛乳			○		牛乳						
10日 (金)	ごはん									こめ		
	揚げの中華煮				菌ツピー給食							
	春雨サラダ				あつあげ ぶたにく		にんじん ごまつな	たまねぎ たけのこ こんにゃく		てんぷん		604 747
	大豆と煮干しの甘からめ				だいたんぱく	にぼし		キャベツ きゅうり とうもろこし		はるさめ	マヨネーズ風ドレッシング	24.4 28.8
	牛乳			○		牛乳			さとう			
13日 (月)	ごはん									こめ		
	豚肉のしょうが炒め				ぶたにく			しょうが たまねぎ		さとう てんぷん	あぶら	569 669
	もやしとわかめの香りあえ					わかめ		もやし きゅうり		さとう	ごま ごまあぶら	28.0 32.6
	ごぼう汁				とりにく あつあげ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく		てんぷん		
	牛乳			○		牛乳						
14日 (火)	ごはん									こめ		
	焼きそば										あぶら	650 803
	切干しとじゃがいもの煮物				あつあげ さつまあげ		にんじん いんげん	きりぼしだいこん たけのこ		じゃがいも さとう		31.0 36.8
	白菜の煮浸し						ごまつな にんじん			はくさい		
	牛乳			○		牛乳						
15日 (水)	ツナそばろ丼									こめ むぎ		617 736
	「麦ごはん ツナそばろ				まぐろ			たまねぎ えだまめ しょうが		さとう	あぶら	24.7 28.9
	ごまドレッシングあえ						にんじん	キャベツ どうもろこし			ごまドレッシング	
	揚げのみそ汁				あつあげ みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ だいこん しめじ				
	牛乳			○		牛乳						
16日 (木)	ごはん									こめ		
	ちくわのカレーマヨネーズ焼き				ちくわ						マヨネーズ風ドレッシング	614 741
	肉じゃが				ぶたにく		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく		じゃがいも さとう		24.5 29.9
	ほうれん草のお浸し						ほうれんそう	きりぼしだいこん はくさい		さとう		
	牛乳			○		牛乳						
17日 (金)	ごはん									こめ		
	ハンバーグ照焼ソース				とりにく ぶたにく だいたんぱく			たまねぎ しょうが		さとう てんぷん じゃがいも	ラード だいたんぱく	613 738
	野菜ソテー						にんじん	キャベツ もやし			あぶら	24.2 28.6
	わかめと豆腐のみそ汁				どうふ みそ	わかめ	にんじん	しめじ たまねぎ ねぎ				
	牛乳			○		牛乳						

[令和8年4月 献立予定表]

(A) 福井市学校給食センター

日	献立名	アレルギー			材料の名前と働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)		
		小麦	卵	乳	赤(おもに体を作るものになる)		緑(おもに体の調子を整えるものになる)		黄(おもにエネルギーのもとになる)		小学校	中学校	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
					魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂			
20	ごはん								こめ				
	高野豆腐のすきやき風煮				ぶたにく	こおりとうふ		にんじん	こんにゃく たまねぎ			554	653
日	小松菜の煮浸し				あぶらあげ			こまつな にんじん	もやし			25.9	30.0
(月)	煮干しのごまからめ									さとう			
	牛乳			○		牛乳							
21	プラスコッパン(小学校)	○								パン			
	ごはん(中学校)									こめ		627	738
日	鶏肉のマーマレードソース				とりにく					マーマレード てんぷん		27.2	29.4
(火)	マッシュポテト								パセリ	じゃがいも			
	ジュリアンスープ				ベーコン			にんじん	だいこん たまねぎ				
	牛乳			○		牛乳							
22	ごはん									こめ			
	しいらの甘酢あんかけ					しいら				てんぷん さとう	あげあぶら	629	749
日	野菜のごま油炒め							にんじん	もやし キャベツ		ごまあぶら	25.9	30.3
(水)	打ち豆汁				とうふ うちまめ	みそ		にんじん	だいこん ねぎ	さつまいも			
	牛乳			○		牛乳							
23	ごはん									こめ			
	ワインナーケチャップソース				とりにく					さとう みずあめ	てんぷん	631	749
日	小松菜とキャベツのソテー				ベーコン			こまつな	キャベツ どうもろこし		あぶら	25.2	29.7
(木)	豆乳米粉シチュー				とりにく どうにゅう			にんじん	たまねぎ どうもろこし	じゃがいも こめこ			
	牛乳			○		牛乳							
24	五目寿司					こおりとうふ あぶらあげ たまご	ひじき	にんじん	かんひょう	こめ さとう			
	厚焼きたまご			○						さとう てんぷん	だいずあぶら	606	756
日	野菜のごまあえ							ほうれんそう にんじん	もやし キャベツ	さとう	ずりごま	25.8	30.7
(金)	豆腐のすまし汁				とうふ かまぼこ				たまねぎ ねぎ				
	いちごゼリー								いちご	さとう			
	牛乳			○		牛乳							
27	ごはん									こめ			
	鶏肉のから揚げ				とりにく					てんぷん	あげあぶら	715	849
日	マーボー春雨				ぶたにく みそ			にんじん	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ	はるさめ さとう		28.4	33.1
(月)	もやしときゅうりのナムル							にんじん	きゅうり もやし	さとう	ごま ごまあぶら		
	牛乳			○		牛乳							
28	麦ごはん									こめ むぎ			
	カレーシチュー				ぶたにく			にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	カレールウ	619	730
日	キャベツのソテー				ベーコン			にんじん	キャベツ もやし		あぶら	20.3	23.3
(火)	フルーツミックス								おうとう(かん) みかん(かん) パインアップル(かん)				
	牛乳			○		牛乳							
30	ごはん									こめ			
	さわらのポテト衣フライ				さわら					じゃがいも こめこ	あげあぶら	627	712
日	野菜のスープ煮				ベーコン			にんじん	キャベツ たまねぎ だいこん	じゃがいも		21.1	23.8
(木)	れんこんサラダ							にんじん	れんこん きゅうり		コールスロー ドレッシング		
	牛乳			○		牛乳							

◎今月の主な平均栄養価 エネルギー 613kcal たんぱく質 24.9g 脂質 18.7g 炭水化物 91.6g 食塩相当量 2.1g (小)
 エネルギー 738kcal たんぱく質 29.2g 脂質 20.9g 炭水化物 115.0g 食塩相当量 2.5g (中)

- 「えび」「かに」「そば」「落花生」「くるみ」(コンタミを除く)は原材料として使用していません。 ■物資の都合により献立を変更する場合があります。
- ごま油・大豆油を除き、植物油は「あぶら」と表記しています。 ■「しょうゆ」由来のアレルゲン(小麦)は表示しません。
- 加工品の工場コンタミは載せませんので、詳しい内容を知りたい方は、学校へ加工品の成分表をご希望ください。