



令和8年4月 学校給食予定献立表(1)



行方市立学校給食センター
麻生:0299-72-0766
北浦:0291-35-2581

日曜日	献立名	主な材料と食品分類						調味料他	エネルギー
		おもに体をつくる (あか)		おもに体の調子を整える (みどり)		おもにエネルギーになる (きいろ)			
		1 群 たんばく質	2 群 無機質	3 群 カロテン	4 群 ビタミンC	5 群 炭水化物	6 群 しぼう		
8 水	【美味しお給食】								
	ぶたにくとどんぶり	ぶたにく みそ		にんじん	ながねぎ たけのこ にんにく しょうが	ごはん こんにやく さとう	ごまあぶら ごま	しょうゆ テンメンジャン	kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						幼 606
	だいがくいも					さつまいも だいがくいものタレ	あぶら ごま		小 756
9 木	こまつなのあえもの	かまぼこ		こまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごまあぶら	しょうゆ	中 914
	きなこあげパン	きなこ				コッペパン さとう	あぶら	しお	kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ペンネのトマトソース	ショルダーベーコン	こなチーズ	にんじん トマト	たまねぎ しめじ	ペンネマカロニ	あぶら	こしょう トマトケチャップ ミルクカルシウム	幼 552
10 金	はるキャベツのポトフ	ウインナーソーセージ		にんじん チンゲンサイ かぶのは	はるキャベツ たまねぎ かぶ	じゃがいも		スープストック しお こしょう しょうゆ	小 655
	かたぬきチーズ		チーズ						中 817
	ツナそぼろどん	ツナ(まぐろ)		えだまめ	しょうが とうもろこし	ごはん さとう		さけ しょうゆ	kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
13 月	キャベツとひじきのサラダ		あじつきひじき	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		あぶら		幼 528
	のっぺいじる	とりにく		にんじん	だいこん ごぼう しめじ ながねぎ	さとも てんぷん こんにやく		しょうゆ しお わふうだし	小 679
	ごはん					ごはん			中 794
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						kcal
14 火	さばのみそに	さばのみそに							幼 564
	たけのこのピリからいため	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たけのこ きりぼしだいこん しめじ にんにく しょうが	さとう	ごまあぶら	しょうゆ さけ みりん コチュジャン ちゅうかスープ	小 736
	わかめのみそしる	あぶらあげ とうふ みそ	わかめ	ほうれんそう にんじん	ながねぎ えのきたけ			わふうだし	中 889
	ミルクパン					ミルクパン			kcal
15 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	チキンカツレツ	チキンカツレツ					あぶら		幼 575
	イタリアンサラダ	ボンレスハム		にんじん	キャベツ とうもろこし きゅうり			イタリアドレッシング	小 670
	クリームシチュー	とりにく	こなチーズ ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ とうもろこし	じゃがいも こむぎこ	あぶら バター	ミルクカルシウム しお こしょう スープストック かんそうパセリ	中 869
16 木	チキンライス	とりにく		にんじん グリンピース	たまねぎ とうもろこし	ごはん	バター あぶら	トマトケチャップ スープストック ウスターソース	kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	オムレツ	オムレツ(卵)							幼 610
	エビボールスープ	エビボール		にんじん チンゲンサイ	キャベツ ながねぎ たけのこ しいたけ	はるさめ		スープストック しお こしょう しょうゆ	小 715
17 金	おいわいクレープ					おいわいクレープ			中 905
	ジャージャーめん	ぶたにく だいず			たけのこ ながねぎ にんにく しょうが	ちゅうかめん さとう てんぷん	ごまあぶら	テンメンジャン コチュジャン ちゅうか スープ しょうゆ しょうこうしゆ	kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ゆでやさしい			にんじん	もやし キャベツ きゅうり				幼 616
20 月	たまごドーナツ					たまごドーナツ(卵)	あぶら		小 765
	ごはん					ごはん			中 945
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						kcal
	メバルのこうみやき	メバルのこうみやき							幼 520
21 火	ぶたにくとキャベツのみそいため	ぶたにく みそ		にんじん ビーマン	にんにく しょうが キャベツ しめじ	さとう	あぶら ごまあぶら	しょうゆ さけ	小 703
	さつまじる	とうふ あぶらあげ とりにく みそ		にんじん ほうれんそう	ごぼう ながねぎ	さつまいも		わふうだし	中 825
	フルーツクリームサンド				もも みかん バインアップル	ミルクパン	カスタードホイップ(卵)		kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
22 水	とりのからあげ	とりのからあげ					あぶら		幼 592
	やさしいスープ	ショルダーベーコン		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ キャベツ えのきたけ とうもろこし	シエルマカロニ		コンソメ しょうゆ しお	小 635
	たけのこごはん	あぶらあげ とりにく		にんじん	たけのこ しいたけ	ごはん こんにやく さとう	あぶら	しょうゆ さけ みりん わふうだし	中 819
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						kcal
22 水	かにクリームコロッケ	かにクリームコロッケ(卵)					あぶら		幼 606
	さわにわん	ぶたにく		にんじん みずな	ごぼう たまねぎ ながねぎ えのきたけ	はるさめ		しお さけ しょうゆ わふうだし	小 743
									中 859

※(卵)は卵成分が入っています。

※物資の都合により、献立内容を変更するときもありますので、ご了承ください。



令和8年4月 学校給食予定献立表(2)



行方市立学校給食センター
麻生:0299-72-0766
北浦:0291-35-2581

日	献立名	主な材料と食品分類						調味料他	エネルギー	
		おもに体をつくる(あか)		おもに体の調子を整える(みどり)		おもにエネルギーになる(きいろ)				
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物	6群 しぼう			
23 木	コッペパン チョコだいず					コッペパン チョコだいず			kcal	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	チキンのチーズやき	チキンのチーズやき								
	コーンサラダ			にんじん	どうもろこし キャベツ きゅうり			コーンクリーミードレッシング		幼 642
24 金	チリビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく		じゃがいも さとう	あぶら	小 770 中 854	
	ポークカレーライス	ぶたにく		にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ りんご	ごはん じゃがいも		あぶら	カレーウ チゅうのうソース ミルクカルシウム	幼 556
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	かいそうサラダ くだもの	かにかまぼこ	かいそうミックス	にんじん	どうもろこし きゅうり キャベツ きよみオレンジ	こんにやく			しおちゅうかドレッシング	小 708 中 825
27 月	ごはん 【かみかみ給食】					ごはん			kcal	
	はっこうにゅう レモンゼリー		はっこうにゅう (マスカット)			レモンゼリー				
	つくねやき	つくねやき				さとう		しょうゆ さけ みりん いちみつがらし	幼 430	
	ごぼうサラダ めかぶのみそしる	ちくわ		にんじん	ごぼう きゅうり			クリームごまドレッシング	小 601	
28 火	めかぶのみそしる	あぶらあげ どうふ みそ	めかぶ	にんじん	たまねぎ ながねぎ えのきたけ				中 742	
	まるパン					まるパン			kcal	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	かぼちゃチーズコロッケ	かぼちゃチーズコロッケ								
30 木	ツナマヨあえ	ツナ(まぐろ)		にんじん	キャベツ きゅうり			あぶら コールスロー マヨネーズ(卵)	幼 526 小 607	
	ふわふわスープ	ショルダーベーコン たまご	こなチーズ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ	じゃがいも パンこ		しお こしょう コンソメ	中 784	
	さんさいうどん	とりにく あぶらあげ		にんじん ほうれんそう みずな	だいこん たけのこ わらび ウド しめじ ながねぎ えのきたけ なめこ	ソフトめん さとう		かつおぶし しょうゆ みりん さけ しお わふうだし	kcal	
30 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ちくわのいそべあげ	ちくわのいそべあげ						あぶら	幼 550	
30 木	あんじんフルーツ				みかん バインアップル もも	あんじんどうふ			小 703 中 887	

※(卵)は卵成分が入っています。

※物資の都合により、献立内容を変更するときもありますので、ご了承ください。

★今月の行方市産品(予定) 米・長ねぎ・にんじん・小松菜・しめじ・チンゲンサイ・水菜

★今月の茨城県産品(予定) 牛乳・ソフト麺・豚肉・油揚げ・さつまいも・キャベツ・きゅうり・里芋・大根・ごぼう・白菜・ほうれん草・ピーマン・セロリ・春キャベツ



1か月平均栄養量

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当	食物繊維
	kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g
幼稚園	560	22.0	20.7	337	62	2.32	349	0.47	0.55	23	2.01	3.4
小学校	693	25.7	23.2	359	74	2.81	413	0.61	0.61	27	2.40	4.3
中学校	842	30.6	26.9	390	86	3.42	484	0.76	0.69	33	2.89	5.4

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

よい姿勢で食べる。

食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。

食事にふさわしい話をする。

食器は大切に使う。

行方市は鹿島アントラーズのホームタウンです



©KASHIMA ANTLERS

「ふるさと応援寄附金基金」および「重点支援地方交付金」を活用しています！

- ☆「ふるさと応援寄附金基金(ふるさと納税)」とは、応援または貢献したいと思う「ふるさと」の地方公共団体(都道府県、市町村)に寄附した場合、所得税と住民税が軽減される制度です。
- ☆「重点支援地方交付金(物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金)」とは、物価高騰の影響を受ける住民生活や地域経済を支えることを目的として、国から交付されるものです。自治体がそれぞれの地域の状況に応じて、様々な支援に活用することができます。