# 2026年 4月　学校給食予定献立表

※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

葛城市学校給食センター

| 月 | | | 火 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 献立名・材料名 | 食品群 | アレルゲン | 献立名・材料名 | 食品群 | アレルゲン | 献立名・材料名 | 食品群 | アレルゲン | 献立名・材料名 | 食品群 | アレルゲン | 献立名・材料名 | 食品群 | アレルゲン |
| **13** ごはん 牛乳 さばみそ煮<br>きんぴらごぼう にゅうめん | | | **14** ごはん 牛乳 和風つくね<br>茎わかめの五目炒め<br>小松菜となめこのみそ汁 | | | **15** ごはん 牛乳<br>アスパラサラダ キーマカレー | | | **16** ごはん 牛乳 さわらの竜田揚げ<br>切干大根の煮物<br>當麻150周年わくわくみそ汁 | | | **17** 背割りパン 牛乳 ロングウインナー<br>スロッピージョー<br>春キャベツのクリーム煮 | | |
| **ごはん** | | | **ごはん** | | | **ごはん** | | | **ごはん** | | | **背割りパン** | | |
| 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 背割りコッペパン | 黄 | 乳 |
| **牛乳** | | | **牛乳** | | | **牛乳** | | | **牛乳** | | | **牛乳** | | |
| 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 |
| **さばみそ煮** | | | **和風つくね** | | | **アスパラサラダ** | | | **さわらの竜田揚げ** | | | **ロングウインナー** | | |
| さばの味噌煮 | 赤 | | キャベツ入り平つくね | 赤 | | ブロッコリー | 緑 | | さわらの竜田揚げ | 赤 | | ロングウインナー | 赤 | |
| **きんぴらごぼう** | | | こいくちしょうゆ | | | アスパラガス | 緑 | | 米油 | 黄 | | **スロッピージョー** | | |
| ごぼう | 緑 | | 砂糖 | 黄 | | 和風ドレッシング | 黄 | | **切干大根の煮物** | | | 豚ひき肉 | 赤 | |
| にんじん | 緑 | | 本みりん | | | **キーマカレー** | | | 切干しだいこん | 緑 | | 米油 | 黄 | |
| つきこんにゃく | 黄 | | でん粉 | 黄 | | 豚ひき肉 | 赤 | | にんじん | 緑 | | 大豆 | 赤 | |
| 平天 | 赤 | | 水 | | | じゃがいも | 黄 | | 糸かまぼこ | 赤 | | たまねぎ | 緑 | |
| 本みりん | | | **茎わかめの五目炒め** | | | にんじん | 緑 | | いんげんまめ | 緑 | | セロリー | 緑 | |
| 砂糖 | 黄 | | 豚肉 | 赤 | | たまねぎ | 緑 | | 米油 | 黄 | | トマトピューレー | | |
| こいくちしょうゆ | | | つきこんにゃく | 黄 | | 大豆 | 赤 | | 本みりん | | | トマトケチャップ | | |
| 米油 | 黄 | | くきわかめ | 赤 | | 米油 | 黄 | | 砂糖 | 黄 | | ニシキソース | | |
| いりすりごま | 黄 | | にんじん | 緑 | | リンゴピューレ | 緑 | | こいくちしょうゆ | | | こしょう | | |
| **にゅうめん** | | | 砂糖 | 黄 | | とんかつソース | | | だし汁 | | | **春キャベツのクリーム煮** | | |
| ふしめん | 黄 | | こいくちしょうゆ | | | チキンスープ | | | **當麻150周年わくわくみそ汁** | | | ベーコン | 赤 | |
| えのきたけ | 緑 | | 本みりん | | | カレールウ（小麦なし） | 黄 | | 板こんにゃく | 黄 | | にんじん | 緑 | |
| 鶏肉 | 赤 | | ごま・いり | 黄 | | 水 | | | にんじん | 緑 | | 春キャベツ | 緑 | |
| 花形かまぼこ | 赤 | | 米油 | 黄 | | | | | 豚肉 | 赤 | | たまねぎ | 緑 | |
| たまねぎ | 緑 | | **小松菜となめこのみそ汁** | | | | | | だいこん | 緑 | | じゃがいも | 黄 | |
| こまつな | 緑 | | こまつな | 緑 | | | | | ごぼう | 赤 | | チキンスープ | | |
| わかめ | 赤 | | にんじん | 緑 | | | | | とうふ | 緑 | | 食塩 | | |
| だしパック | | | なめこ | 緑 | | | | | うすあげ | 赤 | | こしょう | | |
| こいくちしょうゆ | | | たまねぎ | 緑 | | | | | だしパック | | | 米粉 | 黄 | |
| 本みりん | | | 葉ねぎ | 緑 | | | | | みそ | 赤 | | 調製豆乳 | 赤 | |
| 食塩 | | | とうふ | 赤 | | | | | 水 | | | 水 | | |
| 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | |
| ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 522 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 500 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 508 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 488 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 515 | | |
| たんぱく質(g) 25 | | | たんぱく質(g) 19.2 | | | たんぱく質(g) 19.6 | | | たんぱく質(g) 23 | | | たんぱく質(g) 23.4 | | |
| **20** ごはん 牛乳<br>花野菜サラダ ハヤシライス | | | **21** ごはん 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き<br>ひじきいり煮 おいしいみそ汁<br>お祝いプチゼリー | | | **22** ごはん ジョア（プレーン）<br>いわしのしょうが煮 うめこんぶ和え<br>新じゃがのそぼろ煮 | | | **23** ごはん 牛乳 揚げぎょうざ<br>チキンサラダ こんにゃくラーメン | | | **24** 食パン 牛乳 ピザパンの具<br>春野菜のポトフ フルーツポンチ<br>スライスチーズ | | |
| **ごはん** | | | **ごはん** | | | **ごはん** | | | **ごはん** | | | **食パン** | | |
| 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | 食パン | 黄 | 乳 |
| **牛乳** | | | **牛乳** | | | **ジョア（プレーン）** | | | **牛乳** | | | **牛乳** | | |
| 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | ジョア プレーン | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 |
| 米油 | 黄 | | **鶏肉の塩こうじ焼き** | | | **いわしのしょうが煮** | | | **揚げぎょうざ** | | | **ピザパンの具** | | |
| **花野菜サラダ** | | | 鶏肉 | 赤 | | いわしのしょうが煮 | 赤 | | やさしいぎょうざ | 赤 | | ウインナー(ｶｯﾄ) | 赤 | |
| ブロッコリー | 緑 | | 塩こうじ | | | **うめこんぶ和え** | | | 米油 | 黄 | | たまねぎ | 緑 | |
| カリフラワー | 緑 | | 清酒 | | | キャベツ | 緑 | | **チキンサラダ** | | | にんじん | 緑 | |
| 柑橘ドレッシング | 黄 | | 本みりん | | | きゅうり | 緑 | | コーン | 緑 | | マッシュルーム | 緑 | |
| **ハヤシライス** | | | こいくちしょうゆ | | | カリカリ梅 | 緑 | | ブロッコリー | 緑 | | 米油 | 黄 | |
| 豚肉 | 赤 | | **ひじきいり煮** | | | 塩昆布 | 赤 | | むしささみ | 赤 | | トマトケチャップ | | |
| 米油 | 黄 | | ひじき | 赤 | | **新じゃがのそぼろ煮** | | | ねぎごまドレッシング | 黄 | | チキンスープ | | |
| たまねぎ | 緑 | | にんじん | 緑 | | 新じゃがいも | 黄 | | **こんにゃくラーメン** | | | 食塩 | | |
| にんじん | 緑 | | むきえだまめ | 緑 | | 豚ひき肉 | 赤 | | こんにゃくめん | 黄 | | こしょう | | |
| エリンギ カット | 緑 | | うすあげ | 赤 | | にんじん | 緑 | | 豚肉 | 赤 | | **春野菜のポトフ** | | |
| チキンスープ | | | 米油 | 黄 | | 冷凍ミニ厚揚げ | 赤 | | たまねぎ | 緑 | | 鶏肉 | 赤 | |
| トマトピューレー | | | つきこんにゃく | 黄 | | 板こんにゃく | 黄 | | にんじん | 緑 | | じゃがいも | 黄 | |
| 砂糖 | 黄 | | 砂糖 | 黄 | | だいこん | 緑 | | チンゲンサイ | 緑 | | たまねぎ | 緑 | |
| とんかつソース | | | こいくちしょうゆ | | | むきえだまめ | 緑 | | たけのこ | 緑 | | えんどうまめ | 緑 | |
| 水 | | | 本みりん | | | こいくちしょうゆ | | | 干しいたけ | 緑 | | にんじん | 緑 | |
| ハヤシルウ（小麦なし） | 黄 | | だし汁 | | | 砂糖 | 黄 | | わかめ | 赤 | | キャベツ | 緑 | |
| | | | **おいしいみそ汁** | | | 本みりん | | | こいくちしょうゆ | | | チキンスープ | | |
| | | | とうふ | 赤 | | だしパック | | | 鶏がらパック | | | こいくちしょうゆ | | |
| | | | かぶ | 緑 | | 水 | | | 食塩 | | | こしょう | | |
| | | | 豚肉 | 赤 | | 米油 | 黄 | | こしょう | | | **フルーツポンチ** | | |
| | | | たまねぎ | 緑 | | | | | 水 | | | ミックスドフルーツ | 緑 | |
| | | | グリンピース | 緑 | | | | | ごま油 | 黄 | | （パイン・もも・みかん） | | |
| | | | みそ | 赤 | | | | | | | | カクテルゼリー | 黄 | |
| | | | だしパック | | | | | | | | | ナタデココ | 緑 | |
| | | | **お祝いいプチゼリー** | | | | | | | | | **スライスチーズ** | | |
| | | | プチりんごゼリー | 黄 | | | | | | | | スライスチーズ | 赤 | 乳 |
| 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | |
| ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 489 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 504 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 527 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 466 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 522 | | |
| たんぱく質(g) 16.5 | | | たんぱく質(g) 25.2 | | | たんぱく質(g) 22.5 | | | たんぱく質(g) 16.8 | | | たんぱく質(g) 21.8 | | |
| **27** ごはん 牛乳 あじのゆずみそかけ<br>奈良和え けんちん汁 | | | **28** ごはん 牛乳 手作りからあげ<br>小魚とひじきのサラダ 五目スープ | | | **29** | | | **30** ごはん 牛乳 豚丼の具<br>もやしのおかかあえ<br>一年生入学おめでとうみそ汁 | | | | | |
| **ごはん** | | | **ごはん** | | | | | | **ごはん** | | | | | |
| 精白米 | 黄 | | 精白米 | 黄 | | | | | 精白米 | 黄 | | | | |
| **牛乳** | | | **牛乳** | | | | | | **牛乳** | | | | | |
| 牛乳 | 赤 | 乳 | 牛乳 | 赤 | 乳 | | | | 牛乳 | 赤 | 乳 | | | |
| **あじのゆずみそかけ** | | | **手作りからあげ** | | | | | | **豚丼の具** | | | | | |
| あじ | 赤 | | 鶏肉 | 赤 | | | | | 豚肉 | 赤 | | | | |
| 砂糖 | 黄 | | にんにく・おろし | 緑 | | | | | 糸こんにゃく | 黄 | | | | |
| こいくちしょうゆ | | | しょうが・おろし | 緑 | | | | | たまねぎ | 緑 | | | | |
| みそ | 赤 | | こいくちしょうゆ | | | | | | 葉ねぎ | 緑 | | | | |
| 本みりん | | | 清酒 | | | | | | 土しょうが | 緑 | | | | |
| ゆず粉 | 緑 | | でん粉 | 黄 | | | | | こいくちしょうゆ | | | | | |
| でん粉 | 黄 | | 米油 | 黄 | | | | | 砂糖 | 黄 | | | | |
| **奈良和え** | | | **小魚とひじきのサラダ** | | | | | | 本みりん | | | | | |
| うすあげ | 赤 | | ちりめんじゃこ | 赤 | | | | | 米油 | 黄 | | | | |
| つきこんにゃく | 黄 | | キャベツ | 緑 | | | | | **もやしのおかかあえ** | | | | | |
| にんじん | 緑 | | ひじき | 赤 | | | | | こまつな | 緑 | | | | |
| 干しいたけ | 緑 | | にんじん | 緑 | | | | | もやし | 緑 | | | | |
| ぜんまい | 緑 | | コーン | 緑 | | | | | にんじん | 緑 | | | | |
| 奈良漬 | 緑 | | 米酢 | | | | | | かつお節 | 緑 | | | | |
| 米油 | 黄 | | 砂糖 | 黄 | | | | | 砂糖 | 黄 | | | | |
| 砂糖 | 黄 | | ごま油 | 黄 | | | | | こいくちしょうゆ | | | | | |
| こいくちしょうゆ | | | こいくちしょうゆ | | | | | | **一年生入学おめでとうみそ汁** | | | | | |
| 本みりん | | | **五目スープ** | | | | | | うすあげ | 赤 | | | | |
| だし汁 | | | ベーコン | 赤 | | | | | 春キャベツ | 緑 | | | | |
| **けんちん汁** | | | チンゲンサイ | 緑 | | | | | えのきたけ | 緑 | | | | |
| ミニ厚揚げ | 赤 | | たまねぎ | 緑 | | | | | 星型にんじん | 緑 | | | | |
| ごぼう | 緑 | | えのきたけ | 緑 | | | | | とうふ | 緑 | | | | |
| だいこん | 緑 | | にんじん | 緑 | | | | | たまねぎ | 緑 | | | | |
| さといも | 黄 | | とうふ | 緑 | | | | | みそ | 赤 | | | | |
| ほんしめじ | 緑 | | こいくちしょうゆ | | | | | | だしパック | | | | | |
| 葉ねぎ | 緑 | | 中華味 顆粒 | | | | | | 水 | | | | | |
| 食塩 | | | こしょう | | | | | | | | | | | |
| こいくちしょうゆ | | | 水 | | | | | | | | | | | |
| 本みりん | | | | | | | | | | | | | | |
| だしパック | | | | | | | | | | | | | | |
| 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | | 幼稚園 | | |
| ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 480 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 551 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) 460 | | | ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) | | |
| たんぱく質(g) 24.6 | | | たんぱく質(g) 21.4 | | | たんぱく質(g) | | | たんぱく質(g) 18.4 | | | たんぱく質(g) | | |

献立名

料理に使う材料

含まれるアレルゲン
卵・乳・エビ・カニのみ
表示しています。

食品群について
赤：からだの血や肉になるもの
黄：からだの熱や力になるもの
緑：からだの調子をととのえるもの

食品群…赤：からだの血や肉になるもの　黄…からだの熱や力になるもの　緑…からだの調子をととのえるもの

アレルゲン…卵:卵 乳:乳 ｴﾋﾞ:えび 蟹:かに