

献立予定表

2026年4月度

| 8(水) | | 9(木) | | 10(金) | | 13(月) | | 14(火) | | 15(水) | | 16(木) | | 17(金) | | 21(火) | | | |
|------------|------|-------------|------|-----------|------|-----------|-----|----------|------|----------|------|-----------|------|------------|-----|----------|------------|--|--|
| 黒コッパン | | 麦ごはん | | ちらしずし | | うどん | | 赤しそごはん | | 麦ごはん | | 麦ごはん | | もち米入りごはん | | 瑞浪米ごはん | | | |
| 黒パン | 90 | 委託麦飯 | 169 | 精白米 | 52 | うどん | 200 | 精白米 | 65 | 委託麦飯 | 169 | 委託麦飯 | 169 | 精白米 | 64 | 精白米 | 75 | | |
| 牛乳 | | 牛乳 | | 水 | 78 | 牛乳 | | もち麦 | 4.2 | 牛乳 | | 牛乳 | | 精白米 | 6.4 | 水 | 112 | | |
| 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 酒 | 4.5 | 牛乳 | 206 | 水 | 103 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 水 | 96 | 牛乳 | | | |
| 鶏肉のオレンジソース | | 鮭の塩焼き | | 米酢 | 6.5 | 竹輪の磯辺揚げ | | ゆかり粉 | 1.1 | オムレツ | | ささみのレモン風味 | | 牛乳 | | 牛乳 | 206 | | |
| 若鶏もも肉 | 60 | ぎんざけ | 50 | 上白糖 | 4.4 | 竹輪 | 20 | 牛乳 | | オムレツ | 50 | 鶏ささ身 | | 45 | 牛乳 | 206 | 厚揚げのそぼろ館かけ | | |
| 食塩 | 0.03 | 酒 | 0.5 | 食塩 | 0.06 | 青のり粉 | 0.1 | 牛乳 | 206 | なたね油 | 0.1 | 酒 | 2 | 豚肉のかりん揚げ | | なたね油 | 0.5 | | |
| 白こしょう | 0.01 | 食塩 | 0.08 | オイルツナ | 9 | ベーキングパウダー | 0.2 | 鯖の照り焼き | | 海藻サラダ | | 食塩 | 0.1 | 豚モモ | 50 | 厚揚げ | 60 | | |
| 酒 | 2 | なたね油 | 0.5 | れんこん | 9 | 小麦粉 | 10 | さわら | 50 | だいこん | 25 | 白こしょう | 0.02 | うすくちしょうゆ | 0.6 | 若鶏むね肉ミンチ | 20 | | |
| なたね油 | 0.6 | 磯和え | | にんじん | 5 | 米油 | 6 | おろししょうが | 0.4 | きゅうり | 10 | でんぷん | 6 | おろししょうが | 0.6 | おろししょうが | 0.6 | | |
| マーマレード | 0.5 | にんじん | 5 | 干し椎茸 | 0.7 | 金平ごぼう | | 酒 | 2.5 | 海藻ミックス | 1.5 | 米粉 | 3 | 酒 | 2 | 酒 | 1 | | |
| 本みりん | 1 | キャベツ | 30 | 和風だしの素 | 0.4 | なたね油 | 0.3 | こいくちしょうゆ | 1 | 和風ドレッシング | 6 | 米油 | 4 | でんぷん | 8 | 中ざら糖 | 3 | | |
| こいくちしょうゆ | 0.7 | ほうれんそう | 18 | 中ざら糖 | 2.6 | ごぼう | 30 | ごぼう | 0.5 | カレーシチュー | | 中ざら糖 | 4 | 米油 | 4 | こいくちしょうゆ | 2.3 | | |
| オレンジジュース | 5 | 本みりん | 1 | うすくちしょうゆ | 1.5 | にんじん | 10 | こいくちしょうゆ | 2.5 | なたね油 | 0.5 | うすくちしょうゆ | 1 | 三温糖 | 2.8 | でんぷん | 0.6 | | |
| 水 | 2 | こいくちしょうゆ | 1.7 | 食塩 | 0.05 | 赤こんにゃく | 7 | 本みりん | 2 | にんにく | 0.4 | レモン | 3 | こいくちしょうゆ | 1.8 | 水 | 8 | | |
| でんぷん | 0.2 | 上白糖 | 0.5 | 凍り豆腐 | 1 | 中ざら糖 | 1 | 三温糖 | 1 | おろししょうが | 0.4 | 水 | 4 | 水 | 8 | 香りし和え | | | |
| 大根サラダ | | 焼ばらのり | | しょうが(酢漬) | 0.7 | 和風だしの素 | 0.1 | 酒 | 1 | 豚モモ | 20 | つぼ漬け和え | | 春キャベツのごま和え | | キャベツ | 26 | | |
| とうもろこし | 6 | 合わせみそ汁 | | さやいんげん | 4 | 水 | 7 | でんぷん | 0.2 | たまねぎ | 50 | だいこん | 35 | にんじん | 10 | にんじん | 6 | | |
| だいこん | 40 | 水 | 120 | きざみのり | 0.3 | こいくちしょうゆ | 1.4 | 水 | 6 | カレー粉 | 0.6 | きゅうり | 22 | 春キャベツ | 25 | 千切だいこん漬 | 8 | | |
| きゅうり | 10 | 煮干し | 2.5 | 牛乳 | | 白いりごま | 0.7 | おかか和え | | にんじん | 10 | つぼ漬け | 5 | こまつな | 10 | かおり粉 | 0.2 | | |
| 穀物酢 | 3.5 | もやし | 10 | 牛乳 | 206 | ごま油 | 0.6 | とうもろこし | 7 | じゃがいも | 43 | 穀物酢 | 2 | こいくちしょうゆ | 1.8 | 豚汁 | | | |
| こいくちしょうゆ | 2 | さといも | 16 | ししゃもの米粉揚げ | | うどんの汁 | | にんじん | 10 | 水 | 50 | 三温糖 | 2 | 本みりん | 0.5 | 豚モモ | 25 | | |
| 三温糖 | 0.6 | 油揚げ | 2 | ししゃも | 22 | 厚削り節 | 2.5 | キャベツ | 20 | レンズまめ | 8 | けんちん汁 | | 三温糖 | 1 | 酒 | 2 | | |
| なたね油 | 2 | 合わせみそ | 8 | 米粉 | 3 | 若鶏むね肉 | 18 | こまつな | 10 | ロリエ | 0.02 | なたね油 | 0.05 | 白いりごま | 0.4 | ごぼう | 7 | | |
| ジュリエンスープ | | 木綿豆腐 | | でんぷん | 2 | 酒 | 0.5 | こいくちしょうゆ | 1.5 | スープストック | 0.5 | ごぼう | 13 | 白すりごま | 0.4 | だいこん | 15 | | |
| ベーコン | 9 | ねぎ | 6 | 米油 | 3 | 焼きかまぼこ | 8 | 本みりん | 8 | チャツネ | 2 | こんにゃく | 10 | かぼちゃのみそ汁 | | 赤こんにゃく | 5 | | |
| にんじん | 8 | わかめ | 0.2 | 白菜のしのだ和え | | 干し椎茸 | 1 | 三温糖 | 0.4 | トマトケチャップ | 6 | 赤こんにゃく | 4 | 水 | 120 | たまねぎ | 10 | | |
| エリンギ | 5 | (中学のみ)ヨーグルト | | 油揚げ | 3 | はくさい | 25 | 和風だしの素 | 0.1 | ウスターソース | 8 | 水 | 100 | 煮干し | 2.5 | 水 | 80 | | |
| 水 | 120 | ヨーグルト | 70 | はくさい | 40 | 本みりん | 3 | 花かつお | 0.5 | こいくちしょうゆ | 0.3 | 厚削り節 | 2.5 | えのきたけ | 5 | 煮干し | 2 | | |
| たまねぎ | 20 | | | こまつな | 10 | こいくちしょうゆ | 5 | のっぺい汁 | | ソテードオニオン | 5 | にんじん | 5 | だいこん | 15 | さといも | 15 | | |
| キャベツ | 20 | | | うすくちしょうゆ | 1 | ねぎ | 6 | 若鶏もも肉 | 16 | 牛乳 | 15 | さといも | 15 | かぼちゃ | 15 | はくさい | 10 | | |
| コンソメスープの素 | 1.2 | | | 上白糖 | 0.5 | 水 | 130 | 酒 | 1 | 米粉 | 4 | 酒 | 1 | 白みそ | 7.5 | 赤みそ | 6 | | |
| 食塩 | 0.07 | | | 塩こんぶ | 0.5 | 花見団子 | | 水 | 120 | でんぷん | 2 | うすくちしょうゆ | 3 | ねぎ | 6 | ねぎ | 6 | | |
| 白こしょう | 0.01 | | | 花かつお | 0.5 | 花見団子 | 45 | 厚削り節 | 2.5 | シュレッドチーズ | 0.6 | 食塩 | 0.15 | わかめ | 0.2 | | | | |
| うすくちしょうゆ | 1.2 | | | 豆腐のすまし汁 | | | | がなしめじ | 8 | | | 木綿豆腐 | 20 | | | | | | |
| | | | | 水 | 120 | | | 干し椎茸 | 1 | | | ねぎ | 8 | | | | | | |
| | | | | 厚削り節 | 2.5 | | | 食塩 | 0.15 | | | | | | | | | | |
| | | | | たまねぎ | 20 | | | さといも | 20 | | | | | | | | | | |
| | | | | えのきたけ | 7 | | | うすくちしょうゆ | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | | うすくちしょうゆ | 4 | | | でんぷん | 1.2 | | | | | | | | | | |
| | | | | 食塩 | 0.2 | | | ねぎ | 6 | | | | | | | | | | |
| | | | | 本みりん | 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 冷凍サイコロ豆腐 | 15 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | ねぎ | 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | お祝いゼリー | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | お祝いゼリー | 35 | | | | | | | | | | | | | | |

| 22(水) | | 23(木) | | 24(金) | | 27(月) | | 28(火) | | 30(木) | |
|-----------|------|---------------|-----|----------|------|----------|------|----------|-----|----------|-----|
| 食パン | | 麦ごはん | | ひじきごはん | | 麦ごはん | | 玄米ごはん | | 麦ごはん | |
| 食パン | 84 | 委託麦飯 | 169 | 精白米 | 50 | 委託麦飯 | 169 | 精白米 | 66 | 委託麦飯 | 169 |
| いちごジャム | | 牛乳 | | おおむぎ | 5 | 牛乳 | | 玄米 | 12 | 牛乳 | |
| いちごジャム | 15 | 牛乳 | 206 | 水 | 83 | 牛乳 | 206 | 水 | 117 | 牛乳 | 206 |
| 牛乳 | | 瑞浪ポーノポークのバラ焼き | | 酒 | 1.12 | 鶏肉の唐揚げ | | 牛乳 | | 鶏肉の生姜焼き | |
| 牛乳 | 206 | | | こいくちしょうゆ | 1.4 | 若鶏もも肉 | 50 | 牛乳 | 206 | 若鶏もも肉 | 50 |
| ハンバーグステーキ | | なたね油 | 0.2 | 本みりん | 0.56 | おろししょうが | 0.8 | 鯖の塩焼き | | しょうが | 1.4 |
| ハンバーグ | 60 | 豚モモ | 4.7 | なたね油 | 0.1 | こいくちしょうゆ | 1.6 | さば | 50 | こいくちしょうゆ | 2 |
| なたね油 | 0.5 | 酒 | 3 | 若鶏もも肉 | 12 | 酒 | 1.8 | 酒 | 0.5 | 酒 | 2.2 |
| トマトケチャップ | 3 | にんにく | 0.7 | 酒 | 1 | でんぷん | 8 | 食塩 | 0.1 | 本みりん | 1 |
| ウスターソース | 2 | なたね油 | 0.2 | 油揚げ | 5 | 米油 | 4 | なたね油 | 0.5 | なたね油 | 0.5 |
| 中ざら糖 | 0.5 | たまねぎ | 43 | ひじき | 5.5 | 華風和え | | 高野豆腐の煮物 | | ひじきの煮付け | |
| 水 | 6 | りんごピューレ | 4 | こんにゃく | 8 | にんじん | 5 | にんじん | 5 | なたね油 | 0.2 |
| 粉吹き芋 | | はちみつ | 1.1 | 三温糖 | 1.5 | チンゲンサイ | 25 | 干し椎茸 | 1 | にんじん | 8 |
| じゃがいも | 50 | こいくちしょうゆ | 2 | 和風だしの素 | 0.35 | こまつな | 25 | 水 | 48 | ひじき | 2.5 |
| パセリ | 0.03 | 本みりん | 1.2 | 本みりん | 1 | こいくちしょうゆ | 1.8 | うすくちしょうゆ | 1.5 | 油揚げ | 3 |
| 食塩 | 0.15 | 三温糖 | 0.3 | こいくちしょうゆ | 1.2 | 穀物酢 | 2 | 三温糖 | 1.3 | こんにゃく | 10 |
| カレースープ | | コチュジャン | 0.6 | えだまめ | 5 | 三温糖 | 2 | 本みりん | 1.7 | オイルツナ | 7 |
| なたね油 | 0.5 | プチドリップ | 0.8 | 牛乳 | | ごま油 | 0.5 | 和風だしの素 | 0.5 | 三温糖 | 1.3 |
| ベーコン | 9 | 塩昆布和え | | 牛乳 | 206 | 中華スープ | | 凍り豆腐 | 8 | 和風だしの素 | 0.3 |
| にんじん | 8 | にんじん | 3 | 鰯の梅煮 | | なたね油 | 0.5 | こまつな | 20 | 水 | 8 |
| たまねぎ | 20 | キャベツ | 25 | いわし(梅煮) | 50 | にんにく | 0.5 | 赤だし | | 本みりん | 1 |
| 水 | 120 | きゅうり | 5 | 切干大根の煮付け | | 焼き豚 | 10 | 煮干し | 2 | こいくちしょうゆ | 1.3 |
| だいこん | 20 | 塩こんぶ | 1 | なたね油 | 0.5 | 厚削り節 | 2 | もやし | 15 | さやいんげん | 7 |
| レタス | 20 | 昆布茶 | 0.2 | にんじん | 5 | 水 | 130 | さといも | 10 | みそけんちん汁 | |
| コンソメスープの素 | 1.2 | なめこのみそ汁 | | 干し椎茸 | 1 | もやし | 5 | 油揚げ | 2.5 | なたね油 | 0.5 |
| 食塩 | 0.07 | 煮干し | 2.5 | 切干しだいこん | 5 | たけのこ | 8 | たまねぎ | 15 | にんじん | 10 |
| 白こしょう | 0.01 | 水 | 130 | 油揚げ | 3 | きくらげ | 0.3 | 赤みそ | 7.5 | ごぼう | 15 |
| うすくちしょうゆ | 1.2 | だいこん | 15 | 水 | 15 | はくさい | 20 | 木綿豆腐 | 20 | だいこん | 10 |
| カレー粉 | 0.25 | なめこ(水煮) | 25 | 中ざら糖 | 1.9 | こいくちしょうゆ | 3 | ねぎ | 6 | 水 | 100 |
| | | 油揚げ | 2 | 和風だしの素 | 0.3 | 本みりん | 2 | 水 | 120 | 煮干し | 2.5 |
| | | 合わせみそ | 7 | 酒 | 1 | シャンタン | 0.5 | | | 日吉みそ | 7.5 |
| | | 木綿豆腐 | 20 | 本みりん | 1 | 白こしょう | 0.01 | | | 木綿豆腐 | 20 |
| | | こまつな | 15 | こいくちしょうゆ | 2 | 食塩 | 0.1 | | | ねぎ | 6 |
| | | | | さやいんげん | 4 | ねぎ | 6 | | | | |
| | | キャベツのみそ汁 | | | | | | | | | |
| | | 煮干し | 2 | | | | | | | | |
| | | たまねぎ | 10 | | | | | | | | |
| | | ミニ厚揚げ | 10 | | | | | | | | |
| | | えのきたけ | 5 | | | | | | | | |
| | | キャベツ | 20 | | | | | | | | |
| | | 白みそ | 8 | | | | | | | | |
| | | わかめ | 0.3 | | | | | | | | |
| | | 水 | 120 | | | | | | | | |

| 2026年 5月度 | | 1(金) | | 7(木) | |
|--------------|--|-----------|-----|-----------|------|
| | | 雑穀ごはん | | 麦ごはん | |
| | | 精白米 | 66 | 委託麦飯 | 169 |
| | | 十六雑穀米 | 5.5 | 牛乳 | |
| | | 水 | 107 | 牛乳 | 206 |
| | | 牛乳 | | 春巻き | |
| | | 牛乳 | 206 | 春巻き | 35 |
| | | かつおのあんからめ | | 米油 | 4 |
| | | かつお | 50 | チンゲン菜のサラダ | |
| | | うすくちしょうゆ | 1 | にんじん | 5 |
| | | 酒 | 2 | チンゲンサイ | 35 |
| | | おろししょうが | 2 | きゅうり | 10 |
| | | でんぷん | 8 | 赤ピーマン | 3 |
| | | 米油 | 4 | 玉葱ドレッシング | 6 |
| | | 三温糖 | 3.2 | 麻婆豆腐 | |
| | | こいくちしょうゆ | 2.8 | ごま油 | 0.2 |
| | | 水 | 7.5 | おろししょうが | 1 |
| | | 塩昆布和え | | にんにく | 0.5 |
| | | はくさい | 54 | 豚ひき肉 | 20 |
| | | きゅうり | 9 | 鶏むね肉ミンチ | 10 |
| | | 塩こんぶ | 1 | たまねぎ | 20 |
| | | 昆布茶 | 0.2 | 食塩 | 0.1 |
| | | 若竹汁 | | 白こしょう | 0.02 |
| | | 水 | 120 | 干し椎茸 | 1 |
| | | 厚削り節 | 2.5 | エリンギ | 12 |
| | | たけのこ | 20 | 三温糖 | 3 |
| | | 本みりん | 1 | シャンタン | 0.7 |
| | | うすくちしょうゆ | | | |