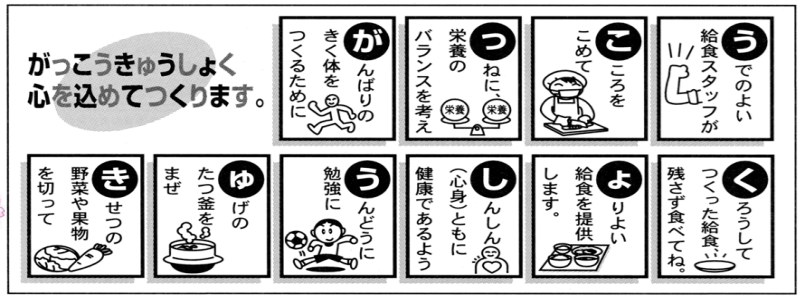
令和8年度

4月 予定献立表

石垣市立崎枝小中学校

食品群	体内での働き
あか	主に血や肉となり体をつくる
き	エネルギーとなり体を動かす
みどり	体の調子を整える

給食目標： 食事や給食時のきまりやマナーを守ろう

	月	火	水	木	金
	 【給食開始について】 ＊在校生　4/9（木） ＊新中学１年生　4/10（金） 				
こんだて		今年度の給食が始まります♪ 献立表を参考にしてください **安全で 安心な** **おいしい給食をつくります！**		9 牛乳 汁そば 野菜ナムル みるくもち	10 牛乳 親子丼 五色和え アーサ汁
あか				牛乳 ぶた肉 だし骨 鶏ガラ かまぼこ 花かつお	牛乳 とり肉 卵 グルクン 豆腐 ハム アーサ 花かつお
き				八重山そば 砂糖 ごま油 サラダ油	精白米 押し麦 砂糖 サラダ油
みどり				ねぎ しょうが ほうれん草 もやし きくらげ	玉ねぎ 人参 きゅうり 小松菜 水菜 もやし コーン しょうが しいたけ
こんだて	13 **小１年給食開始** 牛乳 硬ジューシー 魚のてんぷら もずく酢 みそ汁	14 牛乳 カレーうどん ほくほくサラダ パインゼリー	15 牛乳 ピタパン チキン照り焼き シーザーサラダ クラムチャウダー	16 牛乳 ご飯 きびなごから揚げ パパイヤチャンプルー みそ汁 くだもの	17 牛乳 ビビンバ（麦ご飯） 中華サラダ もずくスープ
あか	牛乳 ぶた肉 白身魚 卵 もずく 油揚げ	牛乳 とり肉 卵 花かつお	牛乳 とり肉 ベーコン 卵 あさり	牛乳 きびなご ぶた肉 豆腐 油揚げ 花かつお みそ	牛乳 牛肉 卵 もずく 花かつお
き	精白米 小麦粉 砂糖 サラダ油	うどん じゃが芋 さつま芋 でん粉 マヨネーズ サラダ油	ピタパン じゃが芋 クルトン マカロニ ドレッシング オリーブ油 サラダ油	精白米 小麦粉 でん粉 サラダ油	精白米 押し麦 春雨 砂糖 ごま ごま油
みどり	人参 きゅうり 小松菜 しめじ しょうが しいたけ	玉ねぎ 人参 白ねぎ チンゲン菜 かぼちゃ パイン	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが レタス きゅうり トマト コーン 枝豆	パパイヤ 人参 にら チンゲン菜 えのき茸 オレンジ	人参 大根 きゅうり パプリカ にんにく ほうれん草 きくらげ
こんだて	20 牛乳 タコライス コンソメスープ	21 牛乳 焼きそば 春巻き わかめ汁 くだもの	22 牛乳 クリームサンドパン スパゲティーサラダ ミネストローネ	23 牛乳 菜の花ごはん 魚フライ まごわやさしいサラダ あさり汁	24 牛乳 ご飯 マーボー肉じゃが 中華スープ 杏仁豆腐
あか	牛乳 とり豚ひき肉 大豆 ベーコン チーズ	牛乳 豆腐 ぶた肉 わかめ 花かつお	牛乳 シーチキン ベーコン 生クリーム	牛乳 大豆 卵 ホキ あさり 豆腐 煮干し わかめ	牛乳 ぶたひき肉
き	精白米 押し麦 サラダ油	そば 春巻きの皮 サラダ油	精白米 じゃが芋 スパゲッティー マカロニ マヨネーズ 砂糖 サラダ油	精白米 じゃが芋 サラダ油	精白米 じゃが芋 でん粉 ごま ごま油
みどり	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ピーマン コーン にんにく レタス トマト	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし 小松菜 にら きくらげ	玉ねぎ 人参 にんにく セロリ きゅうり いんげん	ほうれん草 キャベツ 人参 ねぎ しいたけ	玉ねぎ 人参 白菜 ほうれん草 きくらげ しめじ
こんだて	26(日) **日曜授業参観** 牛乳 カレーライス（麦ご飯） 枝豆 フルーツヨーグルト	28 牛乳 スパゲティーミートソース 千切り野菜スープ ブロッコリーサラダ	29 	30 牛乳 おかかしらすご飯 ちくわの香味揚げ トビウオ団子汁	学校給食では、子どもたち１人ひとりの体と心の成長を支えるために、安心安全で栄養のバランスがよい、おいしい食事を提供していきます。また、学校給食には、望ましい食習慣や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。ご家庭でもぜひ給食の話題に触れてみてください。
あか	牛乳 とり肉 ヨーグルト 大豆	牛乳 とり豚ひき肉 バター		牛乳 しらす トビウオ ちくわ 花かつお のり	
き	精白米 押し麦 じゃが芋 サラダ油	スパゲッティー 小麦粉 サラダ油 じゃが芋		精白米 小麦粉 ごま サラダ油	
みどり	玉ねぎ 人参 ブロッコリー にんにく バナナ りんご みかん・パイン・もも缶	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン にんにく きゅうり キャベツ いんげん ブロッコリー カリフラワー		大根 白菜 ほうれん草 紅しょうが	

◆ 天候(てんこう)や材料(ざいりょう)の都合(つごう)により献立(こんだて)の変更(へんこう)をすることがります。ご了承下(りょうしょうくだ)さい