

令和8年度		4月分		中学校給食予定献立表		鴻巣市立中学校給食センター	
日曜	献立名	食 材 名				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料		
10 金 行事食 入学・進 級祝い	牛乳	牛乳				841	
	わかめごはん	わかめご飯の素	米				
	照焼きハンバーグ	ハンバーグ	三温糖	しょうが	しょうゆ みりん 酒		
	コーンサラダ		油 三温糖	コーン キャベツ きゅうり	酢 塩 こしょう		29.3
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	油 ジャガイモ	にんじん ごぼう こんにゃく 長ねぎ	和風だし		14%
	お祝いクレープ		お祝いクレープ				
13 月	牛乳	牛乳				799	
	黒パン		黒パン				
	白身魚の香草焼き	たら	オリーブ油	にんにく	香草ミックス 塩		30.5
	フラワーサラダ		油 三温糖	ブロッコリー カリフラワー	酢 塩 こしょう		
	白花豆のミネストローネ	ウィンナー 白花豆	油 ジャガイモ	にんじん 玉ねぎ トマト トマトピューレ キャベツ	コンソメ 洋風だし 塩 こしょう		
	はちみつレモンゼリー		はちみつレモンゼリー				15%
14 火	牛乳	牛乳				760	
	中華おこわ	鶏肉	米 もち米 三温糖 油 ごま油	にんじん たけのこ 干しいたけ 枝豆	チキンからスープ 酒 しょうゆ 塩		
	揚げ餃子	餃子	油				
	もやしのナムル		三温糖 ごま油 ごま	ほうれん草 もやし にんにく	しょうゆ 酢		28.6
	はるさめスープ	肉団子	はるさめ	にんじん はくさい 長ねぎ	中華だし 酒 しょうゆ 塩 こしょう		15%
15 水	牛乳	牛乳				819	
	ごはん		米				
	さばの塩焼き	塩さば					
	肉じゃが	豚肉	油 ジャガイモ 三温糖	にんじん 玉ねぎ こんにゃく たけのこ 枝豆	和風だし しょうゆ みりん		40.4
	豆腐の味噌汁	豆腐 みそ		だいこん 長ねぎ 小松菜	和風だし		20%
ヨーグルト	ヨーグルト						
16 木	牛乳	牛乳				749	
	はちみつパン		はちみつパン				
	オムレツ	オムレツ					
	鶏肉とアスパラの トマトビーンズ煮	鶏肉 大豆	油	にんにく 玉ねぎ アスパラガス にんじん トマト トマトピューレ	ウスターソース ケチャップ オレガノ 塩 こしょう		29.4
	コンソメスープ	ベーコン	ジャガイモ	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう		16%
いちごゼリー		いちごゼリー					
17 金 食育の日	プレーンジョア	プレーンジョア				830	
	ごはん		米				
	豆腐のそぼろ丼の具	鶏肉 豆腐	油 三温糖 でん粉	しょうが にんじん 長ねぎ 干しいたけ 小松菜	酒 みりん しょうゆ 和風だし 昆布だし		28.0
	えびいかかき揚げ	えびいかかき揚げ	油				13%
	ポテトキンピラ	ベーコン	油 ジャガイモ 三温糖 ごま	にんじん ピーマン	コンソメ しょうゆ		
20 月	牛乳	牛乳				847	
	ごはん		米				
	さわらの西京焼き	さわら西京漬					
	大豆の磯煮	鶏肉 大豆 干ひじき 油揚げ	油 三温糖	にんじん こんにゃく	和風だし みりん しょうゆ		37.9
	けんちん汁	鶏肉 豆腐	油 さといも	にんじん ごぼう だいこん 長ねぎ	和風だし しょうゆ 塩		18%
	わらびもち		わらびもち				
21 火	牛乳	牛乳				800	
	地粉うどん		地粉うどん				
	肉うどん汁	豚肉 油揚げ	油 砂糖	にんじん 玉ねぎ 干しいたけ しょうが 長ねぎ	和風だし みりん しょうゆ 塩		31.5
	野菜炒め	豚肉	油 でん粉	玉ねぎ もやし キャベツ ピーマン	コンソメ 塩 こしょう		16%
	アップルパイ		パイ皮 砂糖	りんご 干しぶどう	シナモン		
22 水	牛乳	牛乳				763	
	ごはん		米				
	揚げだし豆腐のあんかけ	揚げだし豆腐	油 三温糖 でん粉	にんにく しょうが 長ねぎ	しょうゆ 酒		31.4
	回鍋肉	豚肉 みそ	油 三温糖 でん粉	しょうが にんじん ピーマン キャベツ 玉ねぎ	酒 みりん しょうゆ 豆板醤		
	卵スープ	鶏肉 豆腐 わかめ 鶏卵	油 でん粉	にんじん 長ねぎ	チキンガラスープ 塩 しょうゆ		

日曜	献立名	食 材 名				エネルギー (kcal)
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料	
23 木	牛乳	牛乳				787
	ココア揚げパン		コッペパン 油 砂糖		ココア 塩	
	ミートボールのトマト煮	肉団子	オリーブ油 砂糖	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ トマト トマトピューレ	コンソメ ケチャップ 塩 こしょう	29.8
	クラムチャウダー	ベーコン あさり チーズ 脱脂粉乳	油 ジャガイモ	にんじん 玉ねぎ パセリ	洋風だし ホワイトルウ 塩 こしょう	
	アセロラ豆乳ゼリー		アセロラ豆乳ゼリー			
24 金	牛乳	牛乳				770
	ごはん		米			
	あじの辛味焼き	あじの辛味焼き				37.2
	白菜のおひたし		油	はくさい もやし にんじん	しょうゆ	
	呉汁	鶏肉 大豆 豆腐 みそ	さといも	にんじん ごぼう だいこん 長ねぎ	和風だし	
	チーズドック		チーズドック			19%
27 月 <small>郷土料理 群馬県</small>	牛乳	牛乳				772
	とりめし	鶏肉	米 油 三温糖	しょうが	しょうゆ 酒 塩	
	わかさぎフライ	わかさぎフライ	油		中濃ソース	32.5
	上州きんぴら	豚肉	油 三温糖 ごま	ごぼう にんじん こんにゃく	和風だし しょうゆ みりん 酒 とうがらし	
	こしね汁	みそ	さといも	こんにゃく 干しいたけ 長ねぎ	和風だし	
	清見オレンジ			清見オレンジ		17%
28 火	牛乳	牛乳				791
	中華めん		中華めん			
	しょうゆラーメン汁	焼豚 なるとう うずら卵	油	にんじん しなちく ほうれん草 コーン 長ねぎ	中華だし チキンがらスープ しょうゆ 塩 こしょう	35.6
	青のりポテトビーンズ	大豆 あおのり	じゃがいも でん粉 油		塩	
	中華サラダ		砂糖 ごま油	チンゲン菜 もやし にんじん	しょうゆ	
	味付小魚	味付小魚				18%
30 木	牛乳	牛乳				895
	麦めし		米 米粒麦			
	カレーライス	豚肉 脱脂粉乳	油 ジャガイモ 小麦粉 マーガリン バター	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ りんご	洋風だし こしょう ケチャップ 中濃ソース しょうゆ カレー粉 塩	28.2
	フレンチサラダ		油 三温糖	キャベツ コーン きゅうり	酢 塩 こしょう	
	キャロットケーキ	牛乳 脱脂粉乳 鶏卵	小麦粉 砂糖 バター	にんじん	ベーキングパウダー	
給食回数	14回	学校給食摂取基準 エネルギー 830 kcal		802 kcal		
		たんぱく質 摂取エネルギー全体の13~20%		32.2g (16.1%)		

\*都合により献立は変更になることがあります。アレルギー食品は表示していません。加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

## ご入学 ご進級おめでとうございます

みなさんにとって学校給食が毎日の楽しみとなるよう安心、安全でおいしい給食を心を込めてつくります。  
1年間よろしくお祈りいたします。



①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

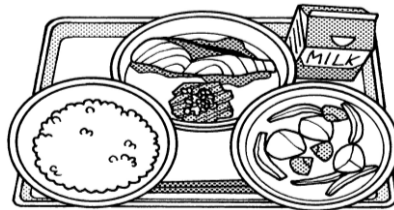
③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

### 学校給食の目標

〈学校給食法 第2条より〉



1食 351円  
【314円+37円(市負担額)】

### 給食費

\*月額(集金額) 5200円

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

### お願い

★はし・スプーンを毎日忘れないように持ってきましょう。使用した後は、家に持ち帰ってよく洗ってください。

★給食当番の人は、着用したエプロン・帽子を金曜日に家に持ち帰り、洗濯をお願いします。洗ったエプロン・帽子は月曜日に必ず持ってきてください。

### 【令和8年度の給食について】

第1学期 4月10日(金) ~ 7月15日(水)

第2学期 9月2日(水) ~ 12月22日(火)

第3学期 1月12日(火) ~ 3月24日(水)

\*3年生の給食終了は3月12日(金)です。

★毎月の給食費はすべて食材料の購入にあてています。

★病気やけがなどで長期にわたって休む場合は給食を止めることができますので、担任に申し出てください。