

4月 給食予定献立表

令和8年度
京田辺市学校給食センター

日	曜日	献立	主な食品						その他	エネルギー たんぱく質	
			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる				
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
13	月	入学・進級祝い献立									
		ごはん									
		ビーフカレー	牛肉		にんじん	生姜 にんにく 玉ねぎ	米 じゃがいも	油	カレー粉 だし 塩 カレールウ 酢 塩 だし	850 kcal 28.6 g	
		フレンチサラダ みかんゼリー 牛乳	ツナ		にんじん	キャベツ コーン	砂糖 みかんゼリー	オリーブ油			
14	火	ごはん									
		あじの竜田揚げ	あじ				生姜 にんにく 片栗粉	油	酒 みりん 濃口しょうゆ	808 kcal 34.9 g	
		キャベツの即席漬け		塩昆布	にんじん	キャベツ					
		豚汁	豚肉 みそ 赤みそ		にんじん 青ねぎ	玉ねぎ 大根 ごぼう	じゃがいも		削り節		
15	水	ごはん									
		厚揚げの野菜あんかけ	厚揚げ 豚肉		にんじん 青ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ 生姜	米 砂糖 片栗粉		濃口しょうゆ 淡口しょうゆ みりん 酒 削り節	724 kcal 30.0 g	
		野菜のゆかり和え			にんじん 小松菜	もやし			ゆかり 淡口しょうゆ		
		牛乳		牛乳							
16	木	ごはん									
		ビリ辛豚みそ丼	豚肉 赤みそ		にんじん なら	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ 生姜 にんにく	米 砂糖 片栗粉	油	塩 だし 濃口しょうゆ トウバンジャン 酒 みりん	720 kcal 30.4 g	
		鶏肉と春雨のスープ	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ もやし	緑豆春雨	油	塩 だし 淡口しょうゆ チキンスープ		
		牛乳		牛乳							
17	金	味付けパン ハニーチキン 春キャベツのスープ煮	鶏肉 ウインナー		にんじん パセリ	にんにく 玉ねぎ 春キャベツ	味付けパン ほちみつ じゃがいも			塩 だし 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ チキンスープ	802 kcal 35.0 g
		牛乳		牛乳							
		郷土料理(石川県)									
		ごはん					米				
20	月	三ヶツの唐揚げ	にぎす粉付								
		治部煮	鶏肉 竹輪 厚揚げ		ほうれんそう にんじん	たけのこ ごぼう 大根 しいたけ	片栗粉 砂糖	油	削り節 濃口しょうゆ 酒 みりん	794 kcal 34.2 g	
		牛乳		牛乳							
		お茶の日献立									
21	火	ごはん					米				
		さわらのてん茶焼き	さわら							酒 塩 碾茶 だし 濃口しょうゆ 煮干し	743 kcal 34.4 g
		もやしと小松菜の主佐和え	花かつお		小松菜 にんじん	もやし	大根 玉ねぎ えのきたけ	煮込みもち			
		田舎みそ汁	油揚げ 一休みそ		にんじん 青ねぎ						
22	水	ごはん									
		豚肉のソースマリネ	豚肉		にんじん さやいんげん	にんにく 生姜 玉ねぎ	米	油	塩 だし トマトケチャップ ウスターソース	747 kcal 33.7 g	
		キャベツのスープ	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ キャベツ		油	塩 だし 淡口しょうゆ チキンスープ		
		牛乳		牛乳							
23	木	ごはん									
		鶏肉の揚げ漬け	鶏肉				生姜	片栗粉 砂糖	油	酢 酒 濃口しょうゆ 煮干し	809 kcal 30.6 g
		玉ねぎのみそ汁	豆腐 油揚げ 一休みそ	わかめ	にんじん 青ねぎ	玉ねぎ					
		牛乳		牛乳							
24	金	ごはん									
		チリコンカーン	豚ひき肉 大豆		にんじん トマト缶	玉ねぎ	米 じゃがいも	油	塩 だし トマトケチャップ カレー粉 オールスパイス 淡口しょうゆ チキンスープ	733 kcal 29.3 g	
		春キャベツのサラダ	チキンハム		にんじん	春キャベツ きゅうり	砂糖	油	酢 塩 だし 濃口しょうゆ		
		牛乳		牛乳							
27	月	ごはん									
		じゃが豚キムチ	豚肉		にんじん なら	玉ねぎ 白菜キムチ	米 じゃがいも こんにゃく	油	みりん 酒 濃口しょうゆ	731 kcal 31.2 g	
		三色ずもル	ぎざみ		にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖 砂糖	ごま油 いりごま		濃口しょうゆ 酢	
		牛乳		牛乳							
28	火	たけのこごはん	油揚げ								
		さばの塩焼き	さば							淡口しょうゆ 塩 だし 昆布 みりん 酒	739 kcal 31.3 g
		春野菜のみそ汁	油揚げ 一休みそ		にんじん 青ねぎ	春キャベツ 玉ねぎ	じゃがいも		煮干し		
		牛乳		牛乳							
30	木	ごはん									
		豚肉の梅しそ焼き	豚肉		にんじん しそ	にんにく 玉ねぎ キャベツ 梅肉	米 砂糖	油 すりごま	酒 濃口しょうゆ みりん	751 kcal 32.7 g	
		のっぺい汁	鶏肉		にんじん 青ねぎ	大根 ごぼう	こんにゃく 片栗粉		淡口しょうゆ 酒 みりん 削り節		
		牛乳		牛乳							

◇材料の都合で献立が変更になることがあります。
 ◇マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
 ◇カレーに使用しているルウは、アレルギー28品目を使用していません。
 ◇エビ、カニが生息する海域で採取された食品を使用することがあります。
 ◇ちりめんじゃこ、わかめ等の海産物には、エビ、オキアミ(エビの形をしたプランクトン)、カニが混入している可能性があります。

今月使用予定の京田辺市産の食材

- 米 ○青ねぎ ○春キャベツ ○キャベツ
- 小松菜 ○大根 ○ほうれん草

