



2026年

4月 こんだて表



美深町学校給食センター

黄色の食品		熱や力のもとになる		赤色の食品		血や肉になり、体をつくる		緑色の食品		体の調子をととのえる	
月		火		水		木		金			
		7	小 715 kcal 中 880 kcal	8	小 664 kcal 中 789 kcal	9	小 623 kcal 中 723 kcal	10	小 758 kcal 中 872 kcal		
		<ul style="list-style-type: none"> 親子丼 牛乳 五目汁 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 みそ汁(大根、油揚げ) 豚キムチ炒め ごぼうサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 春雨スープ 肉しゅうまい もやしナムル 	<ul style="list-style-type: none"> しょうゆ野菜ラーメン 牛乳 かぼちゃコロッケ お祝いクレープ(いちご) 						
4月平均栄養価		小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g	小 26.5g 中 30.5g		
たん白質		26.5g	30.5g	たん白質		26.5g	30.5g	たん白質		26.5g	30.5g
脂質		19.9g	22.2g	脂質		19.9g	22.2g	脂質		19.9g	22.2g
食塩相当量		2.8g	3.2g	食塩相当量		2.8g	3.2g	食塩相当量		2.8g	3.2g
13	小 599 kcal 中 675 kcal	14	小 643 kcal 中 789 kcal	15	小 652 kcal 中 749 kcal	16	小 647 kcal 中 724 kcal	17	小 615 kcal 中 721 kcal		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 いも団子汁 さばのみそ煮 ほうれん草の納豆和え 	<ul style="list-style-type: none"> スタミナ丼 牛乳 みそ汁(豆腐、わかめ) 	<ul style="list-style-type: none"> 菜めしごはん 牛乳 お吸い物(鶏だんご) 鮭の照り焼き ひじきのごまネーズ和え 	<ul style="list-style-type: none"> スライスパン 牛乳 ABCマカロニスープ タンドリーチキン ラーメンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん 牛乳 青のりポテト 							
黄 ごはん・でんぶ	黄 ごはん・ごま・ごまあぶら・さとう	黄 ごはん・さとう・マヨネーズ・ごま	黄 パン・ラーメン・ごま・マカロニ	黄 うどん・あぶら・フライドポテト							
赤 牛乳・さば・みそ・ひじき・なつとう	赤 牛乳・ぶたにく・とうふ・わかめ・みそ	赤 牛乳・とりさき・ひじき・さけ・とりだんご	赤 牛乳・とりにく・ヨーグルト・ハム	赤 牛乳・とりにく・なると・あぶらあげ・あおのり							
緑 ほうれん草・にんじん・もやし・ねぎ・しいたけ	緑 にら・もやし・にんじん・たまねぎ・めんま・しょうが	緑 ねぎ・しいたけ・きやべつ・にんじん・あおな	緑 きやべつ・しめじ・にんじん	緑 ねぎ・しいたけ・ごぼう							
20	小 678 kcal 中 753 kcal	21	小 667 kcal 中 841 kcal	22	小 594 kcal 中 675 kcal	23	小 691 kcal 中 784 kcal	24	小 635 kcal 中 723 kcal		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 かきたま汁 肉団子 棒棒鶏サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ホイコーロー丼 牛乳 中華スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 ほうれん草のスープ まるごとグラタン もやしのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 みそ汁(小松菜、生揚げ) たらフライ 五目きんぴら 	<ul style="list-style-type: none"> みそ野菜ラーメン 牛乳 野菜とコーンのあえもの プリン 							
黄 ごはん・でんぶ	黄 ごはん・さとう・あぶら・ごまあぶら・でんぶ	黄 ごはん・さとう・マヨネーズ・ごま・じゃがいも・マカロニ	黄 ごはん・しらたき・ごま・さとう・あぶら	黄 ラーメン・あぶら・プリン							
赤 牛乳・たまご・とうふ・とりさき・にくだんご	赤 牛乳・ぶたにく	赤 牛乳・ベーコン・ハム・ひじき・チーズ	赤 牛乳・ぶたにく・さつまあげ・なまあげ・みそ	赤 牛乳・ぶたにく・ハム							
緑 にんじん・みつば・しめじ・もやし・きやべつ・きゅうり	緑 きやべつ・ピーマン・ねぎ・にんじん・たけのこ・しいたけ・チンゲンサイ	緑 ほうれん草・にんじん・コーン・もやし・きゅうり	緑 いんげん・こまつな・にんじん・ごぼう	緑 メンマ・たまねぎ・にんじん・ハウス・もやし・ホウレンソウ・しょうが・きやべつ・きゅうり・コーン							
27	小 667 kcal 中 753 kcal	28	小 730 kcal 中 904 kcal	29		30	小 675 kcal 中 733 kcal	★ 今月の食材 ★			
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 豚汁 いわしの梅煮 野菜のごまあえ 	<ul style="list-style-type: none"> ポークカレー 牛乳 フルーツのヨーグルトあえ 	<h2>昭和の日</h2>	<ul style="list-style-type: none"> バーガーパン 牛乳 野菜スープ ハンバーグのソースがけ コールスローサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> お米 ⇒ 風連町有機農業生産組合 生ラーメン⇒むつみ食堂 かぼちゃコロッケ ⇒ 美深振興公社 豆腐⇒名寄丘の学園 							
黄 ごはん・じゃがいも・さとう・ごま	黄 ごはん・じゃがいも・あぶら・さとう・カレールー		黄 パン・さとう								
赤 牛乳・ぶたにく・とうふ・みそ・いわし	赤 牛乳・ぶたにく・ヨーグルト		赤 牛乳・ハム・ハンバーグ								
緑 にんじん・たまねぎ・だいこん・ねぎ・ごぼう・もやし・きやべつ・ホウレンソウ	緑 にんじん・たまねぎ・みかん缶・おうとう缶・ようなし缶・りんご缶		緑 にんじん・きやべつ・きゅうり・コーン・ねぎ・はくさい								



今年度も1年間
よろしくお願ひいたします

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

