



# 4月 こんだてひょう(よてい) (小学校)



2026年 給食回数16回 ※節水対策のため、パンの回数が増えています。 甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日	曜	こんだてめい			しょくひんめい				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で 食べて ほしい食品			
		しゅしょく	のみ もの	おかず	あか		みどり				きいろ		
					おもにからだ に体をつくるも とになる食品	おもにからだ の調子を整え るもとなる食品	おもにからだ の調子を整え るもとなる食品	おもにからだ の調子を整え るもとなる食品			おもにエネルギー のもとになる食品		
8	水	むぎごはん		ポークカレー かいそうサラダ さくらゼリー	ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ かいそう	にんじん トマト	たまねぎ りんご しょうが キャベツ きゅうり さくらんぼ	こめ むぎ じゃがいも さとう ゼリー	あぶら	594 19.5	 まめるい	
9	木	コッペパン いちご・マーガリン		やさいコロック コーンサラダ はるやさいポトフ	ウインナー ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん アスパラガス	キャベツ コーン いちご	きゅうり たまねぎ	パン パンこ じゃがいも さとう ジャム こむぎこ かたくりこ	あぶら マーガリン	669 24.9	 レバーや赤身
10	金	おせきはん ごましお		はながたハンバーグ おろしソースかけ かきなのおそあえ とうふのすましじる おいわいクレープ	とうふ とり ぶたにく なると あずき とうにゅう	ぎゅうにゅう のり	にんじん かきな みずな	だいこん りんご キャベツ もやし ねぎ いちご	もちごめ こめ さとう かたくりこ	あぶら ごま ごまあぶら	625 24.3	 きのこるい	
13	月	ココアパン		とりにくのからあげ 2こ えだまめサラダ ミートソースパンネ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ ひじき	にんじん トマト	にんにく しょうが キャベツ コーン えだまめ たまねぎ しめじ	パン パンネ かたくりこ	あぶら ごま ドレッシング	731 31.5	 ぎょかいりい	
14	火	ごはん		コーンしゅうまい 2こ はるさめサラダ マーボーどうふ	ぶたにく ハム とうふ だいず ぎよにくすりみ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり キャベツ しょうが ねぎ ほししいたけ たけのこ たまねぎ コーン	こめ さとう パンこ じゃがいも さとう こむぎこ マロニー かたくりこ	あぶら ごま ごまあぶら	613 25.5	 いろのこいやさい	
15	水	しょくパン		ハムチーズフライ ごぼうサラダ ♥チキンシチュー	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	ごぼう だいこん たまねぎ キャベツ コーン	パン パンこ さとう さつまいも こむぎこ さとう かたくりこ	あぶら ごま ノンエッグマヨ ネーズ バター	681 27.1	 だいずせいひん	
16	木	せわり コッペパン		ウインナーケチャップソース やしそば フルーツヨーグルトあえ	ウインナー ぶたにく イカ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ もやし みかん もも パイン ほししいたけ	パン さとう ちゅうかめん	あぶら	698 28.9	 かいそういり	
17	金	わかめごはん		サワラねぎソースかけ コーンのいそに なめこじる レモンカスタードタルト	サワラ とうふ とりにく たまご あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	にんじん	ねぎ しょうが こんにやく たまご だいこん レモン	こめ さとう かたくりこ こむぎこ	あぶら ごまあぶら マーガリン	732 27.1	 いろのこいやさい	
20	月	ツイストパン		オムレツケチャップソース ジャーマンポテ ミネストローネ あおのりこぎかな	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう こなチーズ あおのり イワシ	にんじん トマト パセリ	たまねぎ にんにく キャベツ	パン さとう じゃがいも マロニー パンこ かたくりこ	あぶら バター	600 27.3	 くだもの	
21	火	こぎつねごはん		ちくわのいそべあげ こまつなごまあえ おつきりこみ	とりにく ちくわ あぶらあげ	ぎゅうにゅう アオサ	にんじん こまつな	しょうが ごぼう もやし しいたけ ねぎ しめじ	こめ むぎ さとう こむぎこ おつきりこみめん	あぶら ごま	696 32.5	 やさい	
22	水	バンズパン		てりやきチキンハンバーグ シーザーサラダ(クルトン) ABCスープ	とりにく ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん いんげん	キャベツ たまねぎ コーン	パン さとう クルトン パンこ じゃがいも マロニー	あぶら ドレッシング	708 24.8	 しゅじつるい	
23	木	コッペパン ブルーベリージャム		アジフリッター 2こ ジャコとキャベツのサラダ コーンスープ	アジ ツナ とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう しらすぼし オキアミ だっしふんにゅう	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ ブルーベリー	パン ジャム じゃがいも こむぎこ さとう かたくりこ	あぶら ドレッシング	649 30.3	 くだもの	
24	金	むぎごはん		♥ハヤシルウ いかくんサラダ いちごゼリー	ぶたにく いかくんせい	ぎゅうにゅう	にんじん トマト グリーンピース	だいこん セロリ しょうが たまねぎ マッシュルーム りんご いちご	こめ むぎ さとう じゃがいも ゼリー	あぶら	628 23.4	 こぎかな	
27	月	パーカーハウス	ジョア (いちご)	タラフライ ◆コールスローサラダ こめこスープ	タラ ベーコン	のむヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ いちご	パン パンこ さとう こめこ こむぎこ じゃがいも	あぶら ノンエッグマヨ ネーズ	591 24.4	 がいてっしゅい	
28	火	ごはん わかめふりかけ		サバのしおやき じょうしゅうきんぴら こしねじる	サバ とうふ あぶらあげ ぶたにく さつまあげ	ぎゅうにゅう かつおぶし のり わかめ	にんじん	ごぼう しいたけ こんにやく ねぎ	こめ さとう	あぶら	651 28.8	 こぎかな	
29	水	しょうわのひ											
30	木	せわり コッペパン		スラッピージョー きりぼしだいこんのごまマヨあえ トマトとたまごのスープ	ぶたにく だいず ツナ ベーコン たまご	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん こまつな トマト	たまねぎ きりぼしだいこん もやし	パン パンこ さとう じゃがいも かたくりこ	あぶら ごま ノンエッグマヨ ネーズ	588 27.8	 ぎょかいりい	

\* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。  
♥印は、ハッピーにんじんの日 (ハートや星、鮎、もみじなど季節に合わせたハッピーにんじんが入ります。)  
◆印は、おはなし給食 絵本などの本にでてくる、料理や食材を取り上げて献立に入れています。

\* 海藻は、エビ、カニ類が生息している海域で養殖されています。  
\* しらすは、エビ・カニが混ざる漁法で採取しています。  
\* 揚げ油は、濾して数回使います。

本字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。

小学校月平均	
エネルギー	653kcal
たんぱく質	26.8g
脂質	20.3g
塩分	2.5g