



4月分 学校給食予定献立表



令和8年度

厚木市北部学校給食センター Aコース

日・曜	献立名	主に体をつくるものになる		主にエネルギーのものになる		主に体の調子を整えるものになる		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	ビタミン		
10・金	麦入りごはん			米 麦				750 kcal
	牛乳	牛乳						33.0 g
	マーボー豆腐	豚肉 高野豆腐 みそ 豆腐		油 砂糖 なたね油	にんにく しょうが たけのこ にんじん 干しいたけ ねぎ にら			23.6 g
	ハンサンスー	ハム		油 春雨 砂糖 ごま	にんじん もやし きゅうり			2.3 g
	清見オレンジ				清見オレンジ			
☆13・月	ごはん			米				770 kcal
	牛乳	牛乳						36.6 g
	さわらのみそマヨネーズ焼き	さわら みそ		マヨネーズ(卵なし)				25.6 g
	沢煮わん	豚肉 油揚げ			ごぼう にんじん だいこん たまねぎ こまつな 干しいたけ			2.9 g
	ひじきと大豆の煮物	ひじき ちくわ 大豆		油 砂糖	にんじん こんにゃく			
14・火	ハードめん			めん				860 kcal
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト						30.4 g
	ミートソース	豚肉 ひよこ豆		油 砂糖 小麦粉	にんにく たまねぎ セロリー にんじん しめじ パセリ			17.3 g
	ハニーサラダ	ハム		砂糖 はちみつ 油	キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ			2.6 g
	フライドポテト			フライドポテト 油				
☆15・水	ごはん			米				769 kcal
	牛乳	牛乳						35.4 g
	かつおと高野豆腐のごまだれみそ汁	かつお 高野豆腐		なたね油 油 砂糖 ごま	しょうが			22.8 g
	切干大根のサラダ	ハム		砂糖 油	もやし たんぱく 切干大根 こまつな			2.8 g
	ごはん			米				854 kcal
☆16・木	牛乳	牛乳						32.2 g
	ホイコーロー	豚肉 みそ		油 砂糖 なたね油	にんにく しょうが ねぎ キャベツ ビーマン			32.9 g
	春巻き			春巻き 油				2.3 g
	わかめスープ	鶏肉 豆腐 わかめ		油	ねぎ			
	麦入りごはん			米 麦				765 kcal
☆17・金	牛乳	牛乳						33.6 g
	カレー煮	豚肉 生揚げ		油 じゃがいも 砂糖	たまねぎ にんじん こんにゃく			22.7 g
	厚焼きたまご	厚焼きたまご						2.3 g
	かつお和え	かまぼこ かつお節			キャベツ こまつな			
	麦入りごはん			米 麦				760 kcal
☆20・月	牛乳	牛乳						30.5 g
	ツナそぼろ丼の具	ツナ 高野豆腐		砂糖	たんぱく 小ねぎ			23.9 g
	豚ごぼろ汁	豚肉 みそ 生揚げ			ごぼう たんぱく えのきたけ ねぎ			2.0 g
	金時豆の甘煮	金時豆		砂糖				
	ごはん			米				801 kcal
☆21・火	牛乳	牛乳						32.5 g
	さばのソース焼き	さば		砂糖	しょうが			27.8 g
	いももち汁	鶏肉		いももち団子	ごぼう にんじん 干しいたけ ねぎ こまつな			2.6 g
	こんにゃくのおかか煮	鶏肉 かつお節		油 砂糖	にんじん こんにゃく			
	ロールパン			パン				817 kcal
☆22・水	牛乳	牛乳						24.9 g
	コロッケ(ソース)			コロッケ 油				34.4 g
	レンズ豆のミネストローネ	ベーコン レンズ豆		油	にんにく たまねぎ にんじん かぶ かぶの葉 セロリー トマト			3.3 g
	キャベツとコーンのソテー	ハム		油	とうもろこし キャベツ			
	ミルクケーキ			ミルクケーキ				
☆23・木	ごはん			米				716 kcal
	牛乳	牛乳						28.5 g
	肉じゃが	豚肉		油 じゃがいも 砂糖	たまねぎ にんじん しらたき グリンピース			19.2 g
	のり酢和え	ツナ のり			もやし ほうれん草			1.6 g
	清見オレンジ				清見オレンジ			
☆24・金	ピラフ	ワインナーソーセージ		米 麦 パター	たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース			775 kcal
	牛乳	牛乳						30.7 g
	ハニーマスタードチキン	鶏肉		なたね油 油 マヨネーズ(卵なし) はちみつ				32.6 g
	春キャベツのスープ	ベーコン 豚肉		油	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ こまつな			2.6 g
	いちごゼリー				いちごゼリー			
☆27・月	ごはん			米				732 kcal
	牛乳	牛乳						29.5 g
	和風ハンバーグ	ハンバーグ		砂糖 なたね油	ねぎ			21.8 g
	五目スープ	鶏肉 なると		春雨	にんじん 干しいたけ しょうが ねぎ こまつな			2.4 g
	ブロccoliのおかか和え	かつお節		油	ブロccoli			

日・曜	献立名	主に体をつくるものになる		主にエネルギーのものになる		主に体の調子を整えるものになる		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	ビタミン		
28・火	ごはん			米				766 kcal
	牛乳	牛乳						34.9 g
	豚肉のしょうが焼き	豚肉		油 砂糖 なたね油	にんにく しょうが たまねぎ			24.9 g
	みそ汁	煮干し みそ 豆腐			たまねぎ こまつな			2.7 g
	五目豆	大豆 昆布		油 砂糖	にんじん れんこん こんにゃく			
30・木	麦入りごはん			米 麦				823 kcal
	牛乳	牛乳						30.8 g
	ポークカレー	豚肉 スキムミルク		油 じゃがいも 小麦粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん			22.0 g
	ブレンオムレツ	ブレンオムレツ						2.6 g
	ブレンチサラダ			油 砂糖	キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ			

- ※ 食材等により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
- ※ 各学校で学校行事等により給食を実施しない日がありますので、各学校の行事予定をご確認ください。
- ※ 掲載されている物以外の調味料等も使用しています。
- ※ 栄養価の算出は食品成分表(八訂)を使用しています。
- ※ ★印は、パクパクあつぎ産物です。太字の献立に、厚木市内で収穫された地産産物を使用します。



ご入学・ご進級おめでとうございます。



学校給食は、生徒の心身の健全な発達と、食事に関する正しい理解と習慣を養うことを目的とし、安心・安全な給食を提供しています。

★調理については、食中毒予防に万全を期するために、加熱調理を原則としています。加熱したものは、中心温度を測定し、十分に熱が通っていることを確認しています。

★加工品については、産地や製造工程、加工地などを確認し、物資選定委員会にて選定されています。※物資選定委員会：毎月1回翌月分に使用する給食物資の選定を行う会議で、保護者の代表の他、学校からは校長の代表・給食担当の代表が委員として出席します。

《献立の内容》

Aコース：東名 厚木 小鮎 豚塚 林 睦合 中学校

主食：月 ご飯
火 めん または ご飯
水 パン または ご飯
木 ご飯
金 ご飯



飲み物：基本的に牛乳です。
おかず：汁物・煮物・炒め物・揚げ物・果物・デザートなど

《学校給食摂取基準(文部科学省)》

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン				食物繊維
							A	B ₁	B ₂	C	
kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g
830	27.0~41.5	18.4~27.7	2.5未満	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7.0以上

学校給食摂取基準(文部科学省)は、「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」に基づき算出されています。最新版の「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」は実際に摂取しているエネルギー量により近い数値が算出されるようになりました。厚木市では、「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」を基に栄養価の算出をしていますので、学校給食摂取基準(文部科学省)と数値の差が出ています。給食の内容や量は今までと変わりませんのでご安心ください。

☆給食に関する届出について☆

- 給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は『学校給食申込変更届出書』(学校、市HPで入手可)に停止期間等をご記入の上、提出してください。
- 給食を再開する場合…喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、『学校給食申込変更届出書』を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

☆学校給食用食材について☆

産地(予定)

放射性物質
の測定結果