



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 Bコース

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる		主に体の調子を整える もとになる		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	ごはん		米					854 kcal
	牛乳	牛乳						32.2 g
	ホイコーロー	豚肉 みそ		油 砂糖	かたくり粉	にんにく しょうが ねぎ キャベツ		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		
13・月	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	かつお 高野豆腐		かたくり粉 油 砂糖	ごま	しょうが		22.8 g
	みそ汁	煮干し みそ 油揚げ				たまねぎ キャベツ		2.8 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	ごまつな	
14・火	麦入りごはん		米 麦					765 kcal
	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 たんぱく 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 ごまつな		
15・水	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 にんにく だいこん たまねぎ		2.9 g
	ひじきと大豆の煮物	ひじき ちくわ 大豆		油 砂糖		にんにく こんにゃく		
16・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 にんにく しらたき		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		
17・金	ピラフ	ウインナーソーセージ		米 麦 パター		たまねぎ にんにく とうもろこし		775 kcal
	牛乳	牛乳						30.7 g
	ハニーマスタードチキン	鶏肉		かたくり粉 油	マヨネーズ(卵なし)			32.6 g
	春キャベツのスープ	ベーコン 豚肉		油		にんにく にんにく たまねぎ		2.6 g
	いちごゼリー							
20・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	かたくり粉	ねぎ		21.8 g
	五目スープ	鶏肉 なると				春雨	にんにく 干しいたけ しょうが	2.4 g
	ブロッコリーのおかか和え	かつお節		油		ブロッコリー		
21・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		17.3 g
	ハニーサラダ	ハム		砂糖	はちみつ 油	キャベツ にんにく とうもろこし		2.6 g
	フライドポテト				フライドポテト 油	たまねぎ		
22・水	麦入りごはん		米 麦					760 kcal
	牛乳	牛乳						30.5 g
	ツナそぼろ丼具	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 g
	金時豆の甘煮	金時豆		砂糖				
23・木	ロールパン		パン					817 kcal
	牛乳	牛乳						24.9 g
	コロケ(ソース)				コロケ 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 にんにく	がぶ	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		
24・金	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 にんにく		22.0 g
	ブレーンオムレツ	ブレーンオムレツ						2.6 g
	フレンチサラダ			油 砂糖		キャベツ にんにく とうもろこし		
27・月	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	かたくり粉	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 ごまつな		2.7 g
	五目豆	大豆 昆布		油 砂糖		にんにく れんこん こんにゃく		

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる		主に体の調子を整える もとになる		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					801 kcal
	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 にんにく 干しいたけ	2.6 g
	こんにゃくのおかか煮	鶏肉 かつお節		油 砂糖			ねぎ ごまつな	
30・木	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	かたくり粉	にんにく しょうが たけのこ	にんにく	23.6 g
	ハンサンスー	ハム		油 春雨 砂糖	ごま	干しいたけ ねぎ	にんにく	2.3 g
	清見オレンジ					清見オレンジ		

- ※ 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、パワパクあつぎ産地です。太字の献立に、厚木市内で収穫された地場産物を使用します。



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》

Bコース：相川 荻野 南毛利 睦合東 玉川 森の里 依知

- 主食：月 ご飯
- 火 めん または ご飯
- 水 ご飯
- 木 パン または 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	C		
kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μg RE	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