

令和8年度 4月

献立表

中学校用 熊取町教育委員会

日・曜	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
献立名	ココアパン 野菜スープ ペンネナポリタン 牛乳	ごはん 玉ねぎの味噌汁 焼きとり風 牛乳	<b>カミカミ献立</b> ごはん 田舎味噌汁 ひじきの炒め煮 じゃこビーマン 牛乳	<b>図書給食</b> 減塩コッペパン 白菜と鶏団子のスープ 焼きビーフン 牛乳	カレーライス カラフルソテー 牛乳	<b>カミカミ献立</b> 減塩コッペパン ポトフ 鶏肉のからあげ 牛乳	ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 飲むヨーグルト(ココア)
材料名および三色栄養	ココアパン	精白米	精白米	減塩コッペパン	精白米	減塩コッペパン	精白米
	鶏肉	厚揚げ	豚肉	鶏団子	豚肉	ミニウインナー	鶏肉
	じゃが芋	玉ねぎ	白玉団子	白菜	じゃが芋	じゃが芋	わかめ
	キャベツ	わかめ	玉ねぎ	人参	人参	玉ねぎ	白菜
	人参	人参	人参	緑豆春雨	人参	キャベツ	もやし
	ホールコーン	青ねぎ	えのき茸	生しいたけ	サラダ油	人参	人参
	うす口醤油	赤味噌	青ねぎ	青ねぎ	カレーパウ	うす口醤油	うす口醤油
	塩	白みそ	赤味噌	うす口醤油	ウスターソース	塩	塩
	胡椒	けずりぶし	白みそ	塩	カレー粉	胡椒	胡椒
	鶏がら	だし汁	けずりぶし	胡椒	胡椒	ローレル	鶏がら
スープ	だし汁	だし汁	鶏がら	水	鶏がら	豚骨	
マカロニ	鶏肉	鶏肉	豚骨	フランクフルト	スープ	スープ	
ベーコン	土生姜	ちくわ	スープ	ホールコーン	鶏肉	豆腐	
玉ねぎ	酒	油揚げ	豚肉	枝豆	土生姜	豚ミンチ	
人参	米粉	ひじき	ビーフン	人参	こい口醤油	人参	
ビーマン	片栗粉	つきこんにやく	筍	サラダ油	酒	青ねぎ	
にんにく	ちくわ	人参	人参	塩	塩	土生姜	
サラダ油	揚げ油	人参	ニラ	胡椒	胡椒	にんにく	
ダイスタト	砂糖	サラダ油	ニラ	牛乳	牛乳	赤味噌	
ケチャップ	こい口醤油	砂糖	ごま油			片栗粉	
ウスターソース	みりん	こい口醤油	うす口醤油			サラダ油	
砂糖	煎り胡麻	けずりぶし	塩			ごま油	
塩	水	だし汁	胡椒			砂糖	
胡椒	牛乳	ビーマン	牛乳			こい口醤油	
牛乳		ちりめんじゃこ				みりん	
		煎り胡麻				豆板醤	
		サラダ油				鶏がら	
		砂糖				豚骨	
		こい口醤油				スープ	
		牛乳				飲むヨーグルト(ココア)	
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
中学	710kcal 25.5g 24.2g	748kcal 36.0g 17.9g	687kcal 27.5g 14.6g	689kcal 27.6g 23.4g	801kcal 25.1g 25.8g	790kcal 37.8g 29.2g	670kcal 28.0g 13.2g

赤: 赤色の食品... 体をつくるもとになるもの 黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの 緑: 緑色の食品... 体の調子をととのえるもの

ご入学おめでとう  
まごいまより



<今月の図書給食> 14日(火) 白菜と鶏団子のスープ 「僕は上手にしゃべれない」 椎野直弥/著 ポプラ社

小学校低学年の頃から言葉が滑らかに出来ない「吃音」に悩む中学生の柏崎悠太。人前で話すことに強い恐怖を感じていた悠太は、中学の入学式での自己紹介というプレッシャーに耐えきれず、教室から逃げ出していました。そんな自分をどうにか変えたいと願っていた悠太は「誰でも上手に話せる」というチラシを見て放送部への入部を決意します。そこで出会った先輩や部員の優しさに支えられ、途中何度もくじけそうになりながらも、自分自身と向き合い始めます。そして「弁論大会」という大きな目標に向けて挑戦を決意します。

高校、大学、社会人と大人になっていく中で、色んなことに挑戦して、失敗しながら成長していく。上手いかわなくて心がシュンとした時って、温かいスープが飲みたくない？ 不思議と給食のふわふわ鶏団子と白菜のスープが、無性に恋しくなるのはなんでだろう？

白菜と鶏団子のスープはハデじゃないけど、食べるとホッとして、おいしいよね！ 私もこのスープみたいに他人をほっこりさせる人になれるかなあ。



# 令和8年度 4月

# 献立表

中学校用

熊取町教育委員会

日・曜	20日(月)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	30日(木)		
献立名	焼肉丼 けんちん汁 牛乳	ごはん 鶏すき煮 ソテー 豆乳プリンタルト 牛乳	小型パン ワンタン麺 ナムル イチゴジャム 牛乳	ごはん 豚汁 和風ハンバーグ 牛乳	菜めし きつねうどん 豚肉と野菜の生姜煮 飲むヨーグルト(ココア)	黒糖パン マカロニスープ ポテトソテー 牛乳	<b>新メニュー</b> サーモンフライバーガー コーンスープ 牛乳		
材料名および 三色栄養	精白米 鶏肉 厚揚げ 里芋 大根 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁	精白米 鶏肉 白菜 玉ねぎ 人参 焼き豆腐 糸こんにゃく 麩 砂糖 こい口醤油 酒 みりん けずりぶし だし汁	小型パン 中華麺 豚肉 人参 チンゲンサイ キャベツ 筍 青ねぎ ワンタンの皮 うす口醤油 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ	精白米 豚肉 さつまい芋 玉ねぎ 人参 もやし ごぼう 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁	精白米 菜めしの素 油揚げ 砂糖 こい口醤油 だし汁 うどん 鶏肉 かまぼこ 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁	黒糖パン 鶏肉 シェルマカロニ 玉ねぎ キャベツ 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ	渦巻きカットパン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ ホールコーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ	ベーコン じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳	さけフライ 揚げ油 キャベツ サラダ油 ノンエッグタルタルソース 牛乳
	豚肉 玉ねぎ 緑豆もやし 人参 ニラ にんにく サラダ油 塩 胡椒 砂糖 こい口醤油 酒 みりん コチュジャン 煎り胡麻 ごま油 牛乳	ベーコン キャベツ 人参 ホールコーン サラダ油 塩 胡椒 豆乳プリンタルト 牛乳	焼き豚 緑豆もやし 人参 ニラ 煎り胡麻 サラダ油 ごま油 砂糖 こい口醤油 豆板醤 イチゴジャム 牛乳	チキンハンバーグ 土生姜 砂糖 こい口醤油 みりん けずりぶし だし汁 牛乳	豚肉 土生姜 サラダ油 玉ねぎ 人参 じゃが芋 棒天 さやいんげん 砂糖 こい口醤油 けずりぶし だし汁 昆布 だし汁	豚肉 鶏肉 じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳	豚肉 鶏肉 じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳	豚肉 鶏肉 じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳	豚肉 鶏肉 じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳
	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	
	中学	717kcal 31.0g 21.6g	782kcal 29.4g 22.3g	605kcal 24.9g 19.4g	746kcal 29.3g 20.2g	672kcal 27.8g 10.7g	686kcal 25.2g 21.7g	753kcal 29.8g 30.2g	

赤:赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの



★都合により、献立が一部変更になる場合があります。

★カミカミ献立は、噛み応えのある食材を使用しています。よく噛んで食べましょう。

★給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づいて算出しています。

★4月21日(火)は創立記念日の為、給食はありません。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準栄養量	830	34.2	23.1
今月の栄養基準量	718	28.8	20.9