

# 2026年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日 曜日	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校
		1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)
		魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこ	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
10 金	ご飯					《こめ》		628	800
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	チキンカレー	とりにく		にんじん 《トマト》	たまねぎ	じゃがいも カレールウ	あぶら		
	たらのクリスピーフライ	たら			とうもろこし パプリカ にんにく	さとう でんぷん	あぶら		
ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー			ドレッシング	22.9	28.5	
13 月	ご飯					《こめ》		585	748
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	ポロニアステーキ	とりにく ぶたにく				でんぷん さとう	ラード あぶら		
	春キャベツのサラダ			にんじん	《キャベツ》 とうもろこし		ドレッシング		
かぶのコンソメスープ	ぶたにく		にんじん パセリ	かぶ たまねぎ	じゃがいも	あぶら	21.5	27.4	
14 火	ご飯					《こめ》		591	747
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	春巻	ぶたにく		にんじん いら	《キャベツ》 もやし エリンギ	でんぷん さとう こむぎこ みずあめ	ごまあぶら あぶら		
	ハンサンスー	ハム			《きゅうり》 とうもろこし	はるさめ さとう	ごまあぶら		
チンゲンサイと豆腐の中華スープ	ベーコン 《とうふ》		にんじん 《チンゲンサイ》	もやし ほししいたけ	でんぷん	あぶら	19.8	23.2	
15 水	小麦入り米粉ロールパン					《こむぎいりこめこロールパン》		628	780
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	じゃがいもとワインナーのソシイタメ	ウインナー		にんじん ピーマン		じゃがいも	あぶら		
	みかんゼリー和え				ナタデココ パインアップル もも				
《みかんゼリー》				みかん	さとう		23.7	29.1	
ミネストローネ	とりにく		にんじん パセリ トマト	《だいこん》 たまねぎ 《キャベツ》		あぶら			
16 木	赤飯					《こめ》 《もちこめ》		602	771
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	ハンバーグのおろしがけ	とりにく ぶたにく			《たまねぎ》 だいこん	でんぷん さとう	あぶら		
	なのはな和え			なのはな にんじん	とうもろこし	さとう			
	桜のすまし汁	かまぼこ 《とうふ》		にんじん 《みつば》	だけのこ 《ほくさい》 えのきたけ ほししいたけ				
*お祝いデザート	とうにゅう			いちご	さとう みずあめ		26.7	32.4	
17 金	ご飯					《こめ》		599	747
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	焼き肉丼の具	ぶたにく		ピーマン	たまねぎ エリンギ にんにく しょうが	さとう でんぷん	あぶら		
	ほうれんそうのツナ和え	まぐろフレーク		《ほうれんそう》 にんじん		さとう			
具汁	とりにく だいすペースト 《とうふ》 ミックスみそ		にんじん	《だいこん》 ねぎ しょうが	さといも	あぶら	29.0	35.0	
20 月	ご飯					《こめ》		623	763
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	厚揚げのそぼろあんかけ	だいす とりにく				さとう でんぷん	あぶら		
	肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら		
即席和え				《きゅうり》 だいこん	さとう		23.3	26.9	
21 火	ご飯					《こめ》		629	796
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	さわらの天ぷら	さわら				こむぎこ でんぷん	あぶら		
	シャキシャキ和え	ささみフレーク		みすな	《れんこん》		ドレッシング		
湯葉のすまし汁	《とうふ》 ゆば		にんじん はねぎ	《ほくさい》 えのきたけ ほししいたけ			25.2	30.1	
22 水	りんごパン				りんご	パン		764	853
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	焼きフランクフルト	ぶたにく				さとう	ラード あぶら		
	コロコロのり塩ポテト		あおさ			じゃがいも	あぶら		
コーンポタージュ	とりにく とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	ホワイトルウ	あぶら	25.3	27.7	
23 木	ご飯					《こめ》		627	764
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう でんぷん	あぶら		
	はくさいの赤じそ和え			しそ	《はくさい》 もやし				
かきたま汁	《たまご》 かまぼこ		にんじん はねぎ	えのきたけ ほししいたけ	でんぷん		28.8	32.8	
24 金	わかめご飯		わかめ			《こめ》		586	748
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	にしんの甘露煮	にしん			しょうが	さとう			
	いんげんのごま和え			さやいんげん		さとう	ごま		
ぶた汁	ぶたにく 《とうふ》 あぶらあげ あかみそ		にんじん	ごぼう 《だいこん》 ねぎ えのきたけ こんにゃく	さといも	あぶら	23.6	29.7	

毎月19日は「食育の日」です。  
食について、家族でも話し合ってみましょう！



# 2026年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日 曜日	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校
		1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	エネルギー(kcal)	エネルギー(kcal)
		魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこと	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実	たんぱく質(g)	たんぱく質(g)
27月	中華めん					《ちゅうかめん》		607	749
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	しょうゆラーメン(汁)	ふたにく なんと		にんじん にら	もやし とうもろこし		あぶら		
	揚げギョーザ(小2・中3)	ふたにく			キャベツ たまねぎ にんにく	さとう こむぎこ	こまあぶら		
28火	切干しだいこんの中華和え	ハム		《ほうれんそう》	《きりほしだいこん》	さとう	こまあぶら	24.7	30.6
	ご飯					《こめ》			
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
	キャベツ入りつくね	とりにく かつおぶし			キャベツ しょうが	でんぷん さとう	ラード あぶら		
30木	ひじきのいため煮	まぐろフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	22.4	26.6
	のっぺい汁	ふたにく あぶらあげ		にんじん	《だいこん》 ねぎ ほししいたけ	さといも でんぷん	こまあぶら あぶら		
	ご飯					《こめ》			
	牛乳		《ぎゅうにゅう》						
30木	ポテトコロッケ	《ふたにく》 ぎゅうにく		にんじん パセリ	《たまねぎ》	じゃがいも パンこ さとう こむぎこ	あぶら	654	814
	こまつなのささみ和え	ささみフレーク		こまつな		さとう			
	豆乳入りみそ汁	ふたにく 《とうふ》 あぶらあげ とうにゅう しるみそ		にんじん	《だいこん》 ねぎ	さといも	あぶら		

- \*印の空袋等は業者が回収します。
- 《 》の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)
- 13日、16日、20日、24日、28日は、アレルギー(えび・かに・小麦・卵・乳)を含まない献立です。
- すべての食材には、くるみ・そば・落花生を使用していません。
- 都合により、献立が変更になる場合があります。

学校給食における「くるみ」の取扱いについて  
2026年4月から、「そば・落花生」に加え、「くるみ」も  
一宮市の学校給食で使用しないこととなりました。



## ★保護者の方へ★

### ★ご入学・ご進級おめでとうございます★

夢と希望いっぱいに胸を膨らませ、新年度がスタートします。子どもたちの健やかな成長を支えるため、学校給食共同調理場では、安全安心な給食を提供できるように心がけていきます。また、学校給食は、食に関する知識や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。

### ★学校給食献立予定表について★

- ①料理ごとに、使用する食材を6つの食品群に分けて記載します。
- ②1日の給食で摂取できる栄養量(エネルギーとたんぱく質)を記載します。
- ③一宮市の学校給食では毎月、「まごわやさしい献立」「だしを味わう日」「旬を味わう日」「正しいはしづかいの日」の4つのねらいをもった献立を提供しており、実施日には献立のねらいを記載します。

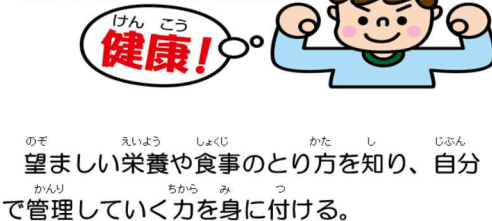


## 給食を通して学び、身に付けたいこと《食育の視点》

### 食事の重要性



### 心身の健康



### 食品を選択する能力



### 感謝の心



### 社会性



### 食文化



一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

