









4月の給食献立予定表



2026年4月8日
町田市立南第一小学校

日曜	献立名	お も な 材 料			エネルギー たんぱく質 食塩相当量	家庭で 補って ほしい食品
		血や肉や骨になる 赤	力や体温になる 黄	からだの調子をよくする 緑		
9 木	【進級お祝い献立】 牛乳 さくらおこわ 魚の塩こうじ焼き きゅうりの酢のもの 沢煮わん	牛乳 さけ わかめ ちりめんじゃこ かつおぶし ぶた肉 とうふ あぶらあげ	もち米 米 米油 さとう ごま でんぷん	しょうが たまねぎ きゅうり にんじん だいこん 干しいたけ はくさい ねぎ	575kcal 30.1g 2.2g	乳製品
10 金	牛乳 カレーピラフ ツナのクリームソース ひよこ豆のから揚げ やさいの甘酢あえ	牛乳 とり肉 ツナ ベーコン とうにゅう 白いんげんまめ ひよこまめ	米油 米 米粉 でんぷん さとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム 青ピーマン ぶなしめじ キャベツ きゅうり しょうが	598kcal 22.6g 1.8g	海藻
13 月	牛乳 むぎ入りごはん・じゃこふりかけ 五目きんぴら 春やさいの煮もの くだもの(はるか)	牛乳 ちりめんじゃこ かつおぶし あおのり ぶた肉 とり肉 ちくわ なまあげ	米 おおむぎ ごま 米油 さとう ごま油 じゃがいも	にんじん ごぼう さやいんげん 干しいたけ たけのこ れんこん ぶき はるか こんにゃく	578kcal 23.2g 1.8g	まめ
14 火	牛乳 パセリライス スペニッシュオムレツ やさいのごまドレ とうにゅうスープ	牛乳 ベーコン とり肉 たまご 白いんげんまめ とうにゅう ぶた肉	米 米油 じゃがいも さとう ごま	パセリ にんにく たまねぎ きゅうり りょくとうもやし にんじん コーン こまつな	589kcal 23g 1.8g	ナッツ類
15 水	牛乳 ごはん ししゃもの南部焼き 磯香あえ マーボーどうふ	牛乳 ししゃも のり ぶた肉 みそ とうふ	米 米油 ごま さとう でんぷん ごま油	こまつな にんじん えのきたけ はくさい にんにく しょうが たまねぎ たけのこ 干しいたけ ねぎ なら	630kcal 29.5g 1.9g	乳製品
16 木	【1年生 給食開始】 牛乳 ミルクパン とり肉とコーンの揚げ煮 カレーピクルス くだもの(いちご)	牛乳 とり肉	ミルクパン さとう でんぷん 米粉 じゃがいも 米油	きゅうり にんじん キャベツ しょうが にんにく たまねぎ コーン さやいんげん いちご	612kcal 22.6g 2.1g	ナッツ類
17 金	牛乳 えびとチャーシューのチャーハン はるさめサラダ 中華風コーンスープ	牛乳 焼豚 えび ロースハム ぶた肉 たまご	米油 ごま油 米 はるさめ さとう ごま でんぷん	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ 青ピーマン キャベツ きゅうり りょくとうもやし たまねぎ コーン	563kcal 21.5g 2.4g	海藻
20 月	牛乳 きび入りごはん 魚のごまみそ焼き おかかあえ はくさいのそぼろ汁	牛乳 さば みそ かつおぶし とり肉 とうふ	米 きび さとう ごま でんぷん	キャベツ りょくとうもやし にんじん こまつな まいたけ はくさい しょうが ねぎ	552kcal 27.5g 1.8g	いも
21 火	牛乳 山菜わかめうどん そくせき漬け風 米粉の若草むしパン くだもの(清見オレンジ)	牛乳 とり肉 かまぼこ あぶらあげ わかめ こんぶ とうにゅう	さとう うどん 米粉 さとう 米油	たまねぎ にんじん 山菜ミックス ねぎ こまつな キャベツ きゅうり しょうが よもぎ粉 清見オレンジ	548kcal 20.8g 2.3g	まめ

日曜	献立名	お も な 材 料			エネルギー たんぱく質 食塩相当量	家庭で 補って ほしい食品
		血や肉や骨になる 赤	力や体温になる 黄	からだの調子をよくする 緑		
22 水	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} 米粉 ^{こめこ} のチキンカレーライス ハニーサラダ かぶ ^{こめこ} と米粉マカロニのスープ	牛乳 とり肉 ひよこめ ベーコン	米 米油 じゃがいも さとう 米粉 はちみつ 米粉マカロニ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ コーン かぶ エリンギ かぶ(葉)	573kcal 18.5g 2.3g	ナッツ類 
23 木	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} ビビンバ(そぼろとぜんまいのごはん・ やさいのナムル) もずくスープ くだもの(でこぼん)	牛乳 ぶた肉 あぶらあげ とり肉 とうふ もずく	米 ごま油 さとう ごま じゃがいも	しょうが にんにく ねぎ ぜんまい たけのこ だいずもやし にんじん こまつな たまねぎ デコボン	550kcal 23.1g 1.9g	小魚 
24 金	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} ごはん ちくわ ^{いそべ あ} の磯辺揚げ ごまあえ かきたま汁 ^{じる}	牛乳 ちくわ あおのり とうふ たまご	米 こむぎこ でんぷん 米油 さとう ごま	はくさい りょくとうもやし にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ こまつな	559kcal 21.5g 2.2g	乳製品 
27 月	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} 旬 ^{しゆん} のたけのこごはん 魚 ^{さかな} のあけぼの焼き ^や からしあえ みそ汁 ^{しる}	牛乳 とり肉 あぶらあげ あかうお みそ とうふ わかめ	米 米油 さとう マヨネーズ風調味料 (たまご不使用) ごま 米粉 ごま油 じゃがいも	たけのこ(生) にんじん さやえんどう たまねぎ りょくとうもやし はくさい こまつな だいこん ねぎ	561kcal 28g 2.2g	きのこ 
28 火	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} ごまきなこトースト かいそうサラダ ^{はる} 春やさいのクリームシチュー	牛乳 きな粉 かいそうミックス ベーコン とり肉 生クリーム	食パン バター さとう ごま 米油 じゃがいも こむぎこ	きゅうり キャベツ だいこん にんじん たまねぎ スナップえんどう のらぼう菜	563kcal 20.7g 1.6g	小魚 
30 木	牛乳 ^{ぎゅうにゅう} むぎ入 ^い りわかめごはん いかのしょうが ^や 焼き 新じゃが ^{しん} のそぼろ ^に 煮 くだもの(はるか)	牛乳 わかめ いか とり肉 さつまあげ	米 おおむぎ ごま油 米油 じゃがいも さとう でんぷん	しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ グリンピース はるか 板こんにゃく	552kcal 27.4g 2.2g	まめ 

※メニューにより、食品は重複します。また、天候不順などによる価格の変動や、食材の納入状況により、食品や献立を変更することもあります。

★食品はその働きによって、血や肉や骨のもとになる食べ物(赤)、力やエネルギー・体温のもとになる食べ物(黄)、体の調子を整え、病気になりにくい体にする食べ物(緑)の3つに分類することができます。ご家庭の食卓でも、ぜひ参考にしてください。

きゅうしょくしょくざい
給食食材の
さんち
産地
(2026年3月
2~19日)

品目	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)
玉ねぎ	北海道	しょうが	高知	たけのこ水煮	国内産	さやいんげん	沖縄	のらぼう菜	東京	あずき	岡山	ちりめんじゃこ	広島
さといも	埼玉	ねぎ	群馬・埼玉	かぶ	千葉	じゃがいも	長崎・鹿児島	でこぼん	熊本	金時豆・大豆	北海道	えび	インド・パキスタン
きゅうり	群馬	小松菜	埼玉・東京	グリンピース(冷)	北海道	さつまいも	茨城	にんにく	青森	ししゃも	アイスランド・ルーマニア	米	北海道
キャベツ	愛知	れんこん	茨城	ホールコーン(冷)	北海道	もやし・豆もやし	栃木	りんご	青森	アカウオ	大西洋・アメリカ	豚肉	神奈川
大根	神奈川	にんじん	千葉	菜の花	町田	エリンギ	長野	れんこん	茨城	マス	ロシア・アメリカ	たまご	栃木
セロリ	静岡・福岡	えのき・しめじ	長野	白菜	群馬	いちご	茨城・静岡	にら	茨城	ハウスキンポ	アメリカ	鶏肉	岩手