

令和8年4月 学校給食予定献立表 (幼稚園)



総社市地食ベ学校給食センターえがお

〈今月の目標〉 がっこうきゅうしょく を しろう

はし	日曜	献立名	おもな材料			調味料など	栄養価 1人分-(Kcal) たんぱく質 (g)	
			赤の食品	緑の食品	黄の食品			
			おもに体をつくる	おもに体の調子をととのえる	おもにエネルギーのもと			
		今日のめあて(食育の観点)	たただし はし の もちかた で たべよう (社会性)					
○	10 (金)	むぎごはん 牛乳 さけのてりやきだれ たくあんあえ ぶたじる	さけ 牛乳 ぶたにく しおこんぶ ちゅうみそ あぶらあげ	たくあん はくさい きゅうり にんじん だいこん ごぼう ねぎ	こめ むぎ さとう かたくりこ さつまいも こんにやく	しょうゆ みりん さけ だしこんぶ だしけずり だしのもと	486 23.6	
	13 (月)	※ 入園式 ※						
		今日のめあて(食育の観点)	しせい よく たべよう (社会性)					
○	14 (火)	かやくうどん 牛乳 きゅうりのゆかりあえ たいやき	かまぼこ 牛乳 とりく わかめ	にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ	うどん たいやき(個装) ほししいたけ きゅうり	しょうゆ だしのもと しお だしけずり だしこんぶ ゆかり	500 19.5	
		今日のめあて(食育の観点)	じょうず に はいぜん しょう (社会性)					
○	15 (水)	ごはん 牛乳 さばのごまみそかけ はなぎりだいごんのあえもの わかめのすましじる	さば 牛乳 とうふ わかめ ちゅうみそ	さやいんげん はなぎりだいこん もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	こめ さとう ごま	さけ みりん しお だしけずり だしこんぶ しょうゆ だしのもと	498 20.3	
		今日のめあて(食育の観点)	しゅん を むかえる 「たけのこ」 を あじわおう (食品を選択する能力)					
○	16 (木)	ごはん 牛乳 あつあげのそぼろに いかとひじきのあえもの	ぶたにく 牛乳 あつあげ ひじき いか	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ	たけのこ とうもろこし ごま じゃがいも さとう	しょうゆ す	477 19.5	
		今日のめあて(食育の観点)	さまざま な ちいき の りょうり を しろう (食文化)					
○	17 (金)	ごはん 牛乳 いもに はくさいのあまずあえ ひとくちゼリー (ようなし)	ぎゅうにく 牛乳 ちりめん	にんじん ごぼう だいこん ほししいたけ しめじ しろねぎ はくさい もやし	こめ さといも こんにやく さとう ひとくちゼリー(ようなし) (個装)	さけ しょうゆ す	438 17.9	
		今日のめあて(食育の観点)	きゅうしょく の チャーハン を しろう (食事の重要性)					
	20 (月)	チャーハン 牛乳 コロッケ もやしのちゅうかあえ	やきぶた 牛乳 ささみ	にんじん にんにく しょうが たまねぎ とうもろこし グリンピース キャベツ もやし	こめ あぶら やさしいコロッケ ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ しお ちゅうかスープのもと こしょう す	512 17.0	
		今日のめあて(食育の観点)	あさごはん を しっかり たべよう (心身の健康)					
○	21 (火)	ごはん 牛乳 ごもくに こまつなのおひたし	とりく 牛乳 あつあげ だいず いとかつお さつまあげ	にんじん ごぼう れんこん さやいんげん だいこん きゅうり こまつな	こめ さといも こんにやく さとう	しょうゆ	472 20.4	
		今日のめあて(食育の観点)	にゅうえん・しんきゅう を おいおい しょう (食文化・感謝の心)					
○	22 (水)	あかごめごはん 牛乳 さわらのしおやき さやいんげんのあえもの こんさいのみそじる	さわら 牛乳 ちゅうみそ あぶらあげ	さやいんげん はくさい もやし にんじん ごぼう だいこん ねぎ えのきたけ	こめ ごま あかごめ さといも さとう	しお しょうゆ だしけずり だしこんぶ だしのもと	501 22.3	
		今日のめあて(食育の観点)	かいそう について まなぼう (食品を選択する能力)					
	23 (木)	カレーライス 牛乳 かいそうサラダ	ぎゅうにく 牛乳 ツナ かいそうミックス	にんじん たまねぎ グリンピース きゅうり とうもろこし レモンかじゅう にんにく	こめ オリーブオイル さとう じゃがいも	あかワイン カレールウ カレーこ ウスターソース スープストック しょうゆ す	496 20.1	
		今日のめあて(食育の観点)	えいようバランス の ととのつた しょくじ を しょう (食事の重要性)					
○	24 (金)	むぎごはん 牛乳 つくね ひじきのすのもの じゃがいものみそじる	つくね 牛乳 とうふ ひじき ちゅうみそ あぶらあげ	にんじん もやし とうもろこし さやいんげん ねぎ たまねぎ	こめ むぎ さとう じゃがいも	しょうゆ す だしけずり だしこんぶ だしのもと	471 18.1	
		今日のめあて(食育の観点)	だいず について まなぼう (食品を選択する能力)					
	27 (月)	パン 牛乳 ポークビーンズ コーンサラダ	ぶたにく 牛乳 だいず ウィナー	にんじん にんにく たまねぎ トマトピューレ しめじ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	パン ごま さとう オリーブオイル じゃがいも	ローリエ ケチャップ ウスターソース しお スープストック こしょう しょうゆ す	465 23.4	
		今日のめあて(食育の観点)	「ごちそうさま」の あいさつ の いみ を しろう (感謝の心)					
○	28 (火)	ごはん 牛乳 とりくのからあげ しおこんぶあえ えのきたけのすましじる	とりく 牛乳 あぶらあげ しおこんぶ	にんじん だいこん しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ ねぎ えのきたけ たけのこ	こめ あぶら かたくりこ	しょうゆ さけ しお だしけずり だしこんぶ だしのもと	489 19.5	
		今日のめあて(食育の観点)	あんぜん な きゅうしょく を つくる ため の きまり を しり しっかり たべよう (食品を選択する能力)					
○	30 (木)	ごはん 牛乳 ぶたキムチ だいごんのナムル ひとくちゼリー(ピーチ)	ぶたにく 牛乳 あかみそ あつあげ	にんじん たけのこ しめじ さやいんげん たまねぎ はくさい もやし はくさいキムチ だいこん	こめ ごま さとう ごまあぶら ひとくちゼリー(ピーチ) (個装)	スープストック しょうゆ す	523 19.4	
今月の 地場 産物	総社 市産	米・赤米・だいこん・しょうが	岡山 県産	麦・にんにく・ねぎ マッシュルーム・もやし	※ アレルギー対応食品は、  で示します。 ※ 天候等により献立を変更する場合があります。	今月の 栄養価	エネルギー たんぱく質	486 kcal 20.1 g

きゅうしょく はじ
給食が始まります！

たのしみにしていてくださいね♪

