



4月 給食予定献立表



令和8年度

白河市立東中学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
6月	入学式・始業式						
7月	弁当持参日						
8月	<入学・進級お祝い献立> 赤飯	○	鶏のから揚げ 干草あえ すまし汁 さくらゼリー	牛乳 鶏肉 卵 豆腐 なた	赤飯 ごま かたくり粉 上新粉 油 さとう ごま油 ごま さくらゼリー	しょうが ほうれん草 人参 もやし えのき ねぎ 小松菜	735 kcal 30.4 g 18.3 g 3.3 g
9月	中教研のため給食なし						
10月	ポークカレーライス	○	海藻サラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 わかめ こんぶ ヨーグルト	ごはん じゃがいも 油 ごま油 さとう	玉ねぎ 人参 りんご しょうが にんにく こんにやく きゅうり キャベツ	841 kcal 26.0 g 23.0 g 3.5 g
13月	ごはん	○	サバのみそ煮 山吹あえ のっぺい汁	牛乳 さばのみそ煮 たまご 鶏肉 厚揚げ	ごはん さといも かたくり粉	ほうれん草 人参 キャベツ 干しいたけ 大根 ねぎ	732 kcal 28.4 g 21.3 g 2.4 g
14月	黒糖パン	○	コロッケ フレンチサラダ ABCスープ	牛乳 ウインナー	黒糖パン コロッケ 油 マカロニ	キャベツ ブロッコリー きゅうり コーン 人参 玉ねぎ	785 kcal 25.4 g 26.2 g 3.3 g
15月	ごはん	○	ハンバーグケチャップソース グリーンサラダ 五目スープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	ごはん さとう バター 油	キャベツ きゅうり コーン 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 干しいたけ	759 kcal 24.2 g 25.5 g 2.6 g
16月	タンメン	○	シュウマイ 中華サラダ	牛乳 鶏肉 なた シュウマイ	中華麺 マロニー ごま ごま油 さとう	もやし ねぎ メンマ ほうれん草 人参 キャベツ きゅうり	749 kcal 34.0 g 18.1 g 3.3 g
17月	<せんいたっぷり献立> 三色丼	○	ごま酢あえ けんちん汁 アセロラゼリー	牛乳 鶏肉 たまご 油揚げ 豆腐	ごはん 油 さとう ごま油 ごま さといも アセロラゼリー	しょうが 玉ねぎ グリンピース もやし 人参 ピーマン 大根 こんにやく ごぼう ねぎ 干しいたけ	801 kcal 30.9 g 20.0 g 3.0 g
20月	ごはん	○	メンチカツ 豆のサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 メンチカツ 鶏肉 大豆 厚揚げ わかめ 煮干し	ごはん 油	キャベツ 人参 ブロッコリー 白菜 ねぎ	742 kcal 27.8 g 20.2 g 2.7 g
21月	コッペパン	○	いちごミックスジャム ポテトグラタン コーンサラダ 肉だんご入りスープ	牛乳 鶏肉 チーズ 肉だんご	コッペパン いちごミックスジャム じゃがいも	玉ねぎ キャベツ もやし コーン 人参 パセリ	776 kcal 31.3 g 26.7 g 3.4 g
22月	<減塩献立> ごはん	○	赤魚の三味焼き ほうれん草のいそあえ 肉じゃが	牛乳 赤魚 のり 豚肉	ごはん 油 ごま さとう じゃがいも	ねぎ しょうが ほうれん草 もやし 人参 玉ねぎ 干しいたけ こんにやく いんげん	729 kcal 30.0 g 17.9 g 2.1 g
23月	1・2年学習旅行のため給食なし						
24月	ごはん	○	春巻き 小松菜のナムル 麻婆豆腐	牛乳 春巻き ひき割り大豆 豚肉 豆腐	ごはん ごま油 さとう ごま 油 かたくり粉	小松菜 大根 人参 にんにく しょうが 干しいたけ ねぎ たけのこ にら	878 kcal 32.5 g 32.4 g 2.8 g
27月	<かみかみ献立> ごはん	○	豚肉のしょうが焼き ピーマン炒め 大根のみそ汁 かみかみデザート(大豆・小魚)	牛乳 豚肉 ベーコン 油揚げ わかめ 大豆 煮干し	ごはん ピーマン 油 さとう ごま油 じゃがいも	しょうが キャベツ チンゲン菜 人参 大根 ねぎ	804 kcal 31.0 g 26.3 g 3.2 g
28月	<セルフサンドパン> 食パン	○	白身魚のフライ イタリアンサラダ コーンポタージュ	牛乳 白身魚のフライ ベーコン 生クリーム	食パン 油 バター	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 コーン	796 kcal 29.5 g 28.3 g 3.6 g
30月	肉みそうどん	○	もち米肉だんご 小松菜サラダ	牛乳 豚肉 もち米肉だんご ロースハム	ソフト麺 油 ごま油	人参 干しいたけ キャベツ もやし ねぎ にら しょうが 小松菜 きゅうり	787 kcal 35.1 g 21.9 g 3.7 g

計14食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



4月栄養価平均 エネルギー780kcal たんぱく質29.8g 脂質23.3g 食塩相当量3.1g

～給食費返金規程～

1 給食費返金条件

長期入院等により事前に連絡を受け、給食の食材をキャンセルできた日から連続7日以上給食を停止した場合に、7食目以降分を返金する。

2 学校・学年閉鎖の場合

感染症対策による学校・学年閉鎖の場合は、閉鎖して3日目以降分を返金、または食材還元とする。



