



令和8年 4月 学校給食予定献立表

世羅町学校給食センター



(中学校用)

日	曜日	献立名		主な食品（食品の働き）						エネルギー (kcal)	
		主食	牛乳	おかず（主菜・副菜）	赤く体をつくる>		緑く体の調子を整える>		黄くエネルギーになる>		塩分 (g)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
6	月			鶏肉とじゃが芋の煮物 ナムル	とり肉 ハム 厚揚げ あげはん	牛乳	人参 さやいんげん	にんにく 大根 キャベツ きゅうり こんにゃく もやし	ごはん じゃが芋 砂糖	油 ごま油 ごま	711 2.8
7	火			チキンカレー 米粉麺のサラダ <small>ラッキー人参の日</small>	鶏肉 豆乳 チキンハム	牛乳	人参	にんにく しょうが 玉ねぎ キャベツ ぶなしめじ	ごはん はちみつ じゃが芋 米粉麺 小麦粉 砂糖	油 ごま油	727 3.1
8	水			ベーコンときのこのペンネ 海藻サラダ ネーブル	豚肉 ベーコン	牛乳 海藻 しらす干し	小松菜 人参	玉ねぎ にんにく ネーブル ぶなしめじ キャベツ まいたけ 大根	パン 砂糖 スパゲティ 米粉	ごま油 バター	841 3.9
9	木			大豆と豚肉のみそ煮 チーズ入りおひたし	豚肉 かつおぶし 大豆 みそ	牛乳 わかめ チーズ	人参 さやいんげん 小松菜	にんにく 玉ねぎ こんにゃく もやし	ごはん じゃが芋 砂糖	油	676 3.2
10	金			鶏肉の唐揚げ ゆかり和え ABCスープ	豚肉 とり肉	牛乳	人参	玉ねぎ キャベツ しょうが マッシュルーム	ごはん でんぷん マカロニ	油	761 2.0
13	月			肉じゃが ひじきのごまマヨネーズサラダ プリン	豚肉 ひじき ツナ	牛乳	人参 さやいんげん 小松菜	玉ねぎ こんにゃく キャベツ	ごはん 砂糖 じゃが芋 プリン	油 ノンエッグマヨネーズ	748 1.9
14	火			焼きししゃも 大豆五目煮 豚汁	ししゃも 油揚げ 豚肉 みそ 大豆 竹輪	牛乳	人参 さやいんげん	白菜 玉ねぎ ごぼう ねぎ こんにゃく	ごはん 砂糖 さつま芋	油	747 2.9
15	水			厚揚げのコロコロマーボー キャベツとアスパラの梅和え	豚肉 厚揚げ みそ ツナ	牛乳	人参 ねぎ アスパラガス	にんにく 玉ねぎ 干しいたけ しょうが キャベツ	ごはん 砂糖 でんぷん	油	737 1.9
16	木			ピピンバ 春雨スープ ネーブル	豚肉 牛肉 ベーコン	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ もやし キャベツ 白ねぎ ネーブル ぜんまい にんにく 干しいたけ	ごはん 春雨 砂糖	油 ごま ごま油	709 2.3
☺ たのしく食べよう ☺ 『 せらのふるさと給食 』 … 今月の食材は「テンペ」です！											
17	金			テンペと鶏肉のカレー風味 ラーメンサラダ	テンペ とり肉 ハム	牛乳	人参 ピーマン	にんにく きゅうり 玉ねぎ キャベツ	ごはん 砂糖 小麦粉 じゃが芋 でんぷん 中華麺	油 ごま油	799 1.9
20	月			高野豆腐の卵とじ 小松菜のナムル	とり肉 卵 高野豆腐 ハム 竹輪	牛乳	人参 小松菜 さやいんげん	玉ねぎ もやし 干しいたけ きゅうり にんにく	ごはん 砂糖	油 ごま ごま油	727 3.0
21	火			タンドリーチキン 粉吹き芋 クリームスープ	ベーコン とり肉	牛乳 ヨーグルト 青のり	人参 小松菜	玉ねぎ ぶなしめじ とうもろこし	ごはん 砂糖 じゃが芋 米粉	油	796 2.6
22	水			ホットドック お豆さんシチュー	とり肉 豆乳 ウィンナー ひよこ豆	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ キャベツ 枝豆	パン じゃが芋 米粉	油	754 4.0
23	木			ポークビーンズ スパゲティサラダ	豚肉 ハム 大豆 ベーコン	牛乳	人参 小松菜	にんにく 枝豆 玉ねぎ キャベツ ぶなしめじ	ごはん じゃが芋 砂糖 スパゲティ	油 ノンエッグマヨネーズ	740 1.7
24	金			鯖の味噌マヨネーズ焼き わかめと野菜の青じそドレッシング もずくのお汁	鯖 みそ 豆腐 油揚げ	牛乳 わかめ もずく	人参 ねぎ	玉ねぎ えのきたけ 大根 ぶなしめじ とうもろこし きゅうり キャベツ	ごはん ノンエッグマヨネーズ	油	689 2.6
27	月			セルフチキンライス フルーツヨーグルト まめによるこぶ	とり肉 大豆	牛乳 こんぶ ヨーグルト	人参 グリーンピース	玉ねぎ マッシュルーム りんご みかん パイン 黄桃	ごはん バター	油	696 2.0
28	火			鯨南蛮漬け わかたけ汁 りんご	鯨 豆腐 油揚げ	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ りんご たけのこ えのきたけ	ごはん でんぷん 砂糖	油	726 2.3
30	木			親子煮 ポテトサラダ	とり肉 ハム 竹輪 卵	牛乳	人参 小松菜 さやいんげん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ	ごはん じゃが芋 砂糖	油 ノンエッグマヨネーズ	768 2.0

毎月19日は
楽しく食べよう ～せらのふるさと給食～

世羅町で作られた旬の食べ物を使って料理します。
世羅の旬の食べ物を知り、みんなで味わい、作ってくだ
さっている人に感謝する気持ちをもちましょう。



学校給食では、地産地消を進めています

今月の世羅産食材は、「米」「小松菜」「米粉麺」「卵」の予定
です。