

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|--|---|---|--|
| 6日 | 7日 | 8日 | 9日 | 10日 |
|  | | | | 牛乳 ビーンズドライカレー コーンサラダ くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 691kcal 25.0g |
| 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 |
| 牛乳 ごはん 麻婆豆腐 あっさりサラダ 春雨スープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 708kcal 32.0g | 牛乳 ごはん 鮭の塩麴焼き 肉じゃが煮 真だくさんみそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 667kcal 37.5g | 牛乳 チキンピラフ パリパリサラダ ほうれん草とベーコンのスープ くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 635kcal 24.0g | 牛乳 五目うどん 干草あえ ごま豆乳寒天ゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 652kcal 31.0g | 牛乳 豆腐とひき肉のあんかけごはん 野菜としらすのあえもの 中華スープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 666kcal 29.8g |
| 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 |
| 牛乳 豚キムチ丼 塩ナムル ワンタンスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 658kcal 29.9g | 牛乳 ごはん 干草たまご焼き 五目きんぴら みそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 627kcal 29.5g | 牛乳 ココアパン 白身魚のパン粉焼き コールスローサラダ コーンスープ くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 728kcal 32.5g | 牛乳 わかめごはん 魚の竜田揚げ 青菜のおひたし 豚汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 669kcal 29.8g | 牛乳 ごはん 肉豆腐 切り干大根の煮物 みそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 706kcal 35.5g |
| 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | |
| 牛乳 ごはん 鶏のごまみそだれ 茸わかめのごま酢あえ 春の野菜椀 みかんと人参のゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 623kcal 30.1g | 牛乳 ごはん ハンバーグ グリーンサラダ コンソメスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 680kcal 29.4g | 昭和白 | 牛乳 ごはん コロッケ フレンチサラダ たまごとわかめのスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 771kcal 25.4g | 令和8年度の給食は 4月10日金曜日から 始まります。 「ビーンズドライカレー」 にはみじん切りにした 大豆が入っています。 |

※参考文献・引用・イラスト：

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。
 ※柑橘系の果物は、グレープフルーツ系の柑橘以外 のものを提供 します。

雑誌 【学校給食2026年3月号】

◎エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年（1・2・3年）は70%、高学年（4・5・6年）は85%です。

