

2026年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日	曜日	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校	
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)	
			魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこ	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)	
10	金	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					654	814	
		ポテトコロッケ	《ぶたにく》 ぎゅうにく		にんじん パセリ	《たまねぎ》	じゃがいも パンこ さとう こむぎこ	あぶら			
		こまつなのささみ和え	ささみフレーク		こまつな		さとう		25.5	29.9	
		とうにゅうい 豆乳入りみそ汁	ぶたにく 《とうふ》 あぶらあげ とうにゅう しろみそ		にんじん	《だいこん》 ねぎ	さといも	あぶら			
13	月	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					628	800	
		チキンカレー	とりにく		にんじん 《トマト》	たまねぎ	じゃがいも カレールウ	あぶら			
		たらのクリスピーフライ	たら			とうもろこし パプリカ にんにく	さとう でんぷん	あぶら			
		ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー		ドレッシング	22.9	28.5		
14	火	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					585	748	
		ポロニアステーキ	とりにく ぶたにく				でんぷん さとう	ラード あぶら			
		春キャベツのサラダ			にんじん	《キャベツ》 とうもろこし		ドレッシング	21.5	27.4	
		かぶのコンソメスープ	ぶたにく		にんじん パセリ	かぶ たまねぎ	じゃがいも	あぶら			
15	水	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					591	747	
		春巻	ぶたにく		にんじん いら	《キャベツ》 もやし エリンギ	でんぷん さとう こむぎこ みずあめ	こまあぶら あぶら			
		ハンサンスー	ハム			《きゅうり》 とうもろこし	はるさめ さとう	こまあぶら	19.8	23.2	
		チンゲンサイと豆腐の中華スープ	ベーコン 《とうふ》		にんじん 《チンゲンサイ》	もやし ほししいたけ	でんぷん	あぶら			
16	木	小麦入り米粉ロールパン					《こむぎいりこめロールパン》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					628	780	
		じゃがいもとリンゴのツツミため	ウインナー		にんじん ピーマン		じゃがいも	あぶら			
		みかんゼリー和え				ナタデココ パインアップル もも					
		《みかんゼリー》			みかん	さとう		23.7	29.1		
		ミネストローネ	とりにく		にんじん パセリ トマト	《だいこん》 たまねぎ 《キャベツ》		あぶら			
17	金	赤飯	しゅんをあじわう日				《こめ》 《もちこめ》 あずき				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					602	771	
		ハンバーグのおろしがけ	とりにく ぶたにく			《たまねぎ》 だいこん	でんぷん さとう	あぶら			
		なのはな和え			なのはな にんじん	とうもろこし	さとう				
		桜のすまし汁	かまぼこ 《とうふ》		にんじん 《みつば》	だけめこ 《ほくさい》 えのきたけ ほししいたけ		26.7	32.4		
		*お祝いデザート	とうにゅう			いちご	さとう みずあめ				
20	月	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					599	747	
		焼き肉丼の具	ぶたにく		ピーマン	たまねぎ エリンギ にんにく しょうが	さとう でんぷん	あぶら			
		ほうれんそうのツナ和え	まぐろフレーク		《ほうれんそう》 にんじん		さとう		29.0	35.0	
		具汁	とりだく だいずペースト 《とうふ》 ミックスみそ		にんじん	《だいこん》 ねぎ しょうが	さといも	あぶら			
21	火	ご飯	ただしい はしづかいの日				《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					623	763	
		厚揚げのそぼろあんかけ	だいま とりにく				さとう でんぷん	あぶら			
		肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら	23.3	26.9	
		即席和え				《きゅうり》 だいこん	さとう				
22	水	ご飯	だしをあじわう日				《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					629	796	
		さわらの天ぷら	さわら				こむぎこ でんぷん	あぶら			
		シャキシャキ和え	ささみフレーク		みずな	《れんこん》		ドレッシング	25.2	30.1	
		湯葉のすまし汁	《とうふ》 ゆば		にんじん はねぎ	《ほくさい》 えのきたけ ほししいたけ					
23	木	りんごパン					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					764	853	
		焼きフランクフルト	ぶたにく				さとう	ラード あぶら			
		コロコロのり塩ポテト		あおさ			じゃがいも	あぶら	25.3	27.7	
		コーンポタージュ	とりにく とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	ホワイトルウ	あぶら			
24	金	ご飯					《こめ》				
		牛乳		《ぎゅうにゅう》					627	764	
		てりどり	とりにく			しょうが	さとう でんぷん	あぶら			
		はくさいの赤じそ和え			しそ	《はくさい》 もやし			28.8	32.8	
		かきたま汁	《たまご》 かまぼこ		にんじん はねぎ	えのきたけ ほししいたけ	でんぷん				

毎月19日は「食育の日」です。
食について、家族でも話し合ってみましょう！



2026年4月分 学校給食献立予定表



準備や後片付けをきちんとしよう

日	曜日	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校			
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)			
			魚 肉 卵 豆 豆製品	牛乳 乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物 きのこ	米 パン めん いも 砂糖	油脂 種実	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)			
27	月	わかめご飯 牛乳	「まごわやさしい」 こんだて	わかめ	《ぎゅうにゅう》			《こめ》			586	748	
		にしんの甘露煮	にしん			しょうが		さとう					
		いんげんのごま和え ぶた汁	ぶたにく 《どうぶ》 あぶらあげ あかみそ		さやいんげん にんじん	しょうが ごぼう 《だいこん》 ねぎ えのきたけ こんにゃく		さとう さといも	ごま あぶら			23.6	29.7
28	火	中華めん 牛乳			《ぎゅうにゅう》			《ちゅうかめん》			607	749	
		しょうゆラーメン(汁)	ぶたにく なんと		にんじん いら	もやし どうもろこし			あぶら				
		揚げギョーザ(小2・中3) 切干しだいこんの中華和え	ぶたにく ハム		《ほうれんそう》	《きりぼしだいこん》		さとう	じまあぶら あぶら ごまあぶら			24.7	30.6
30	木	ご飯 牛乳			《ぎゅうにゅう》			《こめ》			597	747	
		キャベツ入りつくね	とりにく かつおぶし			キャベツ しょうが		でんぷん さとう	ブード あぶら				
		ひじきのいため煮 のっぺい汁	まぐろフレーク ぶたにく あぶらあげ	ひじき にんじん	にんじん	どうもろこし 《だいこん》 ねぎ ほししいたけ		さとう さといも でんぷん	あぶら ごまあぶら あぶら			22.4	26.6

- *印の空袋等は業者が回収します。
- 《 》の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)
- 〇は「卵除去食」提供日です。
- 14日、17日、21日、27日、30日は、アレルギー(えび・かに・小麦・卵・乳)を含まない献立です。
- すべての食材には、くるみ・そば・落花生を使用していません。
- 都合により、献立が変更になる場合があります。

学校給食における「くるみ」の取扱いについて

2026年4月から、「そば・落花生」に加え、「くるみ」も一宮市の学校給食で使用しないこととなりました。

★保護者の方へ★

★ご入学・ご進級おめでとうございます★

夢と希望いっぱい胸を膨らませ、新年度がスタートします。子どもたちの健やかな成長を支えるため、学校給食共同調理場では、安全安心な給食を提供できるように心がけていきます。また、学校給食は、食に関する知識や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。

★学校給食献立予定表について★

- ①料理ごとに、使用する食材を6つの食品群に分けて記載します。
- ②1日の給食で摂取できる栄養量(エネルギーとたんぱく質)を記載します。
- ③一宮市の学校給食では毎月、「まごわやさしい献立」「だしを味わう日」「旬を味わう日」「正しいはしづかいの日」の4つのねらいをもった献立を提供しており、実施日には献立のねらいを記載します。



給食を通して学び、身に付けたいこと《食育の視点》

食事の重要性

おいしいね

食事の大切さ、食事の喜び、楽しさを知る。

心身の健康

健康!

望ましい栄養や食事のとり方を知り、自分で管理していく力を身に付ける。

食品を選択する能力

正しい知識や情報に基づいて、品質や安全性を判断できる力を身に付ける。

感謝の心

食べ物を大事にし、生産などにかかわる人々へ感謝の心を持つ。

社会性

食事マナーや食事を通して、豊かな人間関係を作る。

食文化

地域の産物、食文化、歴史を知り、尊重する心を持つ。

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

