

令和8年4月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名	主な使用食材			
			赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える	
7	火	牛乳	わかめご飯	炊き込みわかめ	米、麦、白ごま	
			鶏のから揚げ	鶏肉	でん粉、油	しょうが、
			海藻サラダ	わかめ、くきわかめ	油、ごま油、さとう、白ごま	もやし、きゅうり、ホールコーン
			小松菜のみそ汁	木綿豆腐、みそ	じゃがいも、こんにゃく	だいごん、にんじん、こまつな
8	水	牛乳	チキンカレーライス	鶏肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
			コーンサラダ		油、ごま油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン
			フルーツポンチ		さとう	もも缶、パイナップル缶、りんご缶
9	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			ハンバーグ	豚肉、大豆、木綿豆腐、豆乳、たまご	油、パン粉	玉ねぎ
			粉ふきいも	あおのり	じゃがいも	
			しめじのスープ		でん粉	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ねぎ、キャベツ、こまつな
10	金	牛乳	ガーリックトースト		食パン、バター、オリーブ油	にんにく、パセリ
			スパニッシュオムレツ	ベーコン、たまご、豆乳 ピザチーズ、粉チーズ	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ
			ABCスープ	鶏肉	アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
			オレンジ			オレンジ
13	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			さばの塩こうじ焼き	さば		
			野菜のごまみそ和え	みそ	白ごま、白すりごま、三温糖	こまつな、もやし、にんじん
			さつまい	油揚げ、木綿豆腐、みそ	さつまいも	にんじん、玉ねぎ、だいごん、こまつな
14	火	牛乳	五目うどん	鶏肉、油揚げ	うどん、三温糖	にんじん、だいごん、干し椎茸、はくさい、ねぎ、こまつな
			焼肉サラダ	豚肉	ごま油、三温糖、白ごま、油	にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
			ししゃものから揚げ	ししゃも	小麦粉、でん粉、油	
15	水	牛乳	豆腐のうま煮丼	鶏肉、木綿豆腐、生揚げ	米、麦、油、三温糖、でん粉	しょうが、にんじん、はくさい、チンゲンサイ
			わかめスープ	鶏肉、わかめ	白ごま	にんじん、玉ねぎ、もやし、ねぎ
			さつまいもチップス		さつまいも、油、三温糖、はちみつ	
16	木	牛乳	ハヤシライス	豚肉、生クリーム、大豆	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
			アスパラサラダ		油、三温糖	アスパラガス、キャベツ、にんじん、きゅうり、ホールコーン、玉ねぎ
			りんご			りんご
17	金	牛乳	たけのご飯	油揚げ	米、麦、三温糖	たけのこ
			さわらのねぎみそ焼き	さわら、みそ	三温糖	ねぎ、しょうが
			じゃがいものきんぴら	豚肉	ごま油、じゃがいも、三温糖	ごぼう、にんじん
			かきたま汁	木綿豆腐、たまご	でん粉	にんじん、こまつな
20	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			麻婆豆腐	豚肉、大豆、みそ、木綿豆腐	油、さとう、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、たけのこ
			青梗菜スープ		ごま油	にんじん、えのきたけ、ねぎ、チンゲンサイ
			オレンジ			オレンジ
21	火	牛乳	親子丼	鶏肉、たまご	米、麦、さとう	玉ねぎ、にんじん
			ごぼうチップスサラダ		油、三温糖	キャベツ、にんじん、こまつな、ホールコーン、ごぼう
			のっぺい汁	木綿豆腐	さといも、でん粉	だいごん、にんじん、こまつな
22	水	牛乳	きな粉揚げパン	きな粉	コッペパン、油、三温糖、グラニュー糖	
			オニオンサラダ		油、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン、玉ねぎ
			クリームシチュー	鶏肉、牛乳、豆乳、ひよこ豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	玉ねぎ、にんじん
23	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			鮭のバターしょうゆ焼き	さけ	バター	
			カレーきんぴら	豚肉	油、じゃがいも、こんにゃく、三温糖、白ごま	にんじん、ごぼう
24	金	牛乳	かぶのみそ汁	油揚げ、木綿豆腐、みそ		えのきたけ、にんじん、かぶ、ねぎ、こまつな
			ご飯		米、麦	
			ジャンボしゅうまい	豚肉	三温糖、ごま油、でん粉、しゅうまいの皮	しょうが、キャベツ、干し椎茸
			春雨サラダ		緑豆春雨、三温糖、ごま油、白ごま	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
27	月	牛乳	中華コーンスープ	たまご、木綿豆腐	ごま油、でん粉	ねぎ、えのきたけ、にんじん、クリームコーン、ホールコーン、こまつな
			キャロットライスのクリームソースかけ	鶏肉、えび、いか、牛乳、大豆	米、麦、バター、油、小麦粉	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム
			ハニーサラダ		油、じゃがいも、はちみつ	キャベツ、きゅうり、にんじん
28	火	牛乳	アセロラゼリー	粉寒天	さとう	アセロラジュース、パイナップル缶
			ツナコーントースト	ツナ缶、ピザチーズ	食パン、マヨネーズ	玉ねぎ、ホールコーン
			ひじきのマリネ	ひじき	三温糖、油	だいごん、きゅうり、にんじん、ホールコーン
			カレーポトフ		じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
30	木	牛乳	バナナ			バナナ
			ご飯		米、麦	
			かつおの角煮	かつお	でん粉、小麦粉、油、三温糖	しょうが
			小松菜のごま和え	みそ	三温糖、白ごま、ねりごま	こまつな、もやし、にんじん
30	木	牛乳	けんちん汁	木綿豆腐	こんにゃく	だいごん、にんじん、干し椎茸、こまつな

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。