

令和8年4月1日～15日

《献立表と主な材料》

サラダ油は米、揚げ油は大豆が原料です。  
★印はアレルギー対応食品です。

江戸川区立小岩第一中学校

日	献立名	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	日	献立名	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			
8 水	祝い散らし	鶏ひき肉(茨城) ★たまご(国産) 蒸しかまぼこ さくら(韓国) 白みそ おおか(国産) 冷凍わかめ (三陸)	精白米(千葉) 三温糖 でん粉 あられ麩(7月)・オス トリア・カゲ)	にんじん(徳島) さやえんどう (鹿児島) こまつな(江戸川)	干し椎茸(国産) れんこん(茨城) あさり ねぎ(千葉) キャベツ(神奈川県) もやし(栃木) だいこん(千葉)	手作り小松菜ベーコンピザ	★ベーコン 鶏こま(茨城) あさり 白いんげん豆 (北海道) レンズ豆(7月)	ビザチーズ (デンマーク) 飲用牛乳 牛乳・調理用	強力粉 三温糖 小麦粉 米粉(埼玉)	オリーブ油 サラダ油(米)	トマト缶詰(イワ) こまつな(江戸川) にんじん(徳島)	にんにく(青森) 玉葱(北海道) ホールコーン(伊) キャベツ(神奈川県) レモン汁 ふなしめじ(長野) はくさい(茨城) ★バナナ(南米)
	牛乳飲用					牛乳飲用						
	鯖のみそ焼き					コールスロー						
	キャベツのおかか和え てまり麩のすまし汁					クリームスープ						
						果物(バナナ1/2)						
9 木	フィッシュバーガー	ほら(千葉) ★ボンレスハム 鶏こま(茨城) レンズまめ(7月)	胚芽パン 小麦粉 でん粉 生パン粉(7月) 乾パン粉 さとう じゃがいも (鹿児島) 押麦(福井)	マーガリン 白すりごま 揚げ油(大豆) サラダ油(米)	こまつな(江戸川) にんじん(徳島) トマト缶詰(イワ)	キャベツ(神奈川県) だいこん(千葉) ホールコーン(伊) にんにく(青森) セロリ(愛知) 玉葱(北海道) ふなしめじ(長野) ★オレンジ(広島)	あさり 油揚げ(伊)	飲用牛乳 煮干し	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) 三温糖 でん粉 つきこんにやく (群馬) じゃがいも (鹿児島)	サラダ油(米) 白ごま	にんじん(徳島) こまつな(江戸川)	しょうが(高知) ごぼう(青森) 干し椎茸(国産) 玉葱(北海道) だいこん(千葉) はくさい(茨城) もやし(栃木)
	飲用牛乳					飲み焼き甘酢あん						
	ハムサラダ					つきこんにやくのきんぴら						
	押麦のトマトスープ 果物(オレンジ1/6)					もやしのみそ汁						
10 金	麻婆豆腐丼	★豚ひき肉(茨城) 大豆(北海道) 赤みそ 木綿豆腐(宮城) 冷凍茎わかめ (三陸) 鶏こま(茨城) ★うずら卵 (愛知・静岡)	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) さとう でん粉 ワンタンの皮 三温糖 じゃがいも (鹿児島)	サラダ油(米) ごま油 揚げ油(大豆) 白ごま	にんじん(徳島) こまつな(江戸川) チンゲンツァイ (静岡)	にんにく(青森) しょうが(高知) 干し椎茸(九州) 玉葱(北海道) たけのこ(伊) グリーンピース(ニュージーランド) キャベツ(神奈川県) もやし(栃木) たけのこ(タイ) えのきたけ(長野) 黒きくらげ(愛媛) ★デコボン(熊本)	マス(北海道) まぐる缶詰 油揚げ(伊)	飲用牛乳	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) 小麦粉 乾パン粉 生パン粉 三温糖 じゃがいも (鹿児島)	白すりごま 白ごま 揚げ油(大豆)	こまつな(江戸川) にんじん(徳島)	キャベツ(神奈川県) もやし(栃木) 玉葱(北海道) だいこん(千葉) えのきたけ(長野) ★デコボン(熊本)
	飲用牛乳					ごはん						
	バリバリサラダ					飲用牛乳						
	きくらげと青梗菜のスープ 果物(デコボン1/6)					マスのごまフライ 春キャベツと小松菜の甘酢和え じゃがいものみそ汁 デコボン(1/6)						
13 月	麦入りご飯	サバ(伊)	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) さとう 三温糖 でん粉	白ごま ごま油 ごま(ねり) 白すりごま	こまつな(江戸川) にんじん(徳島)	玉葱(北海道) ねぎ(千葉) にんにく(青森) キャベツ(神奈川県) しょうが汁(高知) だいこん(千葉) 干し椎茸(国産) はくさい(茨城)	★豚こま(茨城) 凍り豆腐 ★ボンレスハム 鶏こま(茨城) 木綿豆腐(北海道) ★うずら卵 (愛知・静岡)	飲用牛乳 ★ちりめんじゃこ (国産)	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) つきこんにやく (群馬) 三温糖 でん粉 じゃがいも (鹿児島) 緑豆(はるさめ (伊)	サラダ油(米) ごま油 白すりごま	にんじん(徳島) ピーマン(茨城) こまつな(江戸川)	しょうが(高知) にんにく(青森) キャベツ(神奈川県) きゅうり(埼玉) 干し椎茸(国産) 玉葱(北海道)
	飲用牛乳					回鍋肉丼						
	鯖のネギダレ焼き					中華サラダ						
	大豆もやしのごま和え 豆腐団子汁					春雨スープ						
14 火	ごはん	★豚こま(茨城) 生揚げ(宮城) 赤みそ ★たまご(国産) 冷凍わかめ (三陸)	精白米(山形) 粒麦(福井・富山・ 石川) 三温糖 でん粉 米粉(埼玉) じゃがいも (鹿児島) ワンタンの皮	サラダ油(米) ごま油 揚げ油(大豆) 白ごま	にんじん(徳島) こまつな(江戸川)	にんにく(青森) しょうが(高知) 干し椎茸(国産) たけのこ(伊) キャベツ(神奈川県) ねぎ(千葉) 玉葱(北海道)	油揚げ(伊)	飲用牛乳 ひじき(韓国)	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・ 石川) 三温糖 つきこんにやく (群馬) じゃがいも (鹿児島)	サラダ油(米) 揚げ油(大豆) 白ごま 白すりごま	さやえんどう (徳島) にんじん(徳島) ほうれんそう (東京) にら(栃木) こまつな(江戸川)	生たけのこ(静岡) 干し椎茸(国産) 玉葱(北海道) だいこん(千葉) ほうれんそう ねぎ(千葉) えのきたけ(長野) ★清見オレンジ
	飲用牛乳					たけのこごはん(生)						
	生揚げと豚肉の味噌炒め					五目たまご焼き						
	ししゃものカレー揚げ ワンタン入りわかめの卵スープ					豚肉と揚げじゃが芋の炒め煮 大根と白菜のごま豆乳みそ汁 清見オレンジ(1/6)						
15 水	きつねうどん	鶏こま(茨城) 油揚げ(伊)	冷凍うどん (北海道) 三温糖 じゃがいも (鹿児島) さとう	サラダ油(米) マヨネーズ(卵無) 白ごま	にんじん(徳島) こまつな(江戸川) ピーマン(茨城)	干し椎茸(国産) はくさい(茨城) ねぎ(千葉) にんにく(青森) キャベツ(神奈川県) みかん缶(国産) 黄桃缶(山形) ハイン(沖縄)	まぐる缶詰 ★ベーコン 鶏こま(茨城) ひよこまめ (7月)	粉チーズ 飲用牛乳 粉寒天 牛乳・調理用	コッペパン じゃがいも (鹿児島) さとう 米粉	サラダ油(米) マヨネーズ(卵無)	ハセリ(茨城) にんじん(徳島) こまつな(江戸川)	玉葱(北海道) にんにく(青森) キャベツ(神奈川県) ホールコーン(伊) はくさい(茨城) 黄桃缶(山形)
	飲用牛乳					ツナポテドッグ						
	キャベツのソース炒め					にんじんとコーンのサラダ						
	寒天ポンチ					チキンとひよこ豆のスープ おかしな目玉焼き(7月)						

令和8年4月24日～30日

《献立表と主な材料》

サラダ油は米、揚げ油は大豆が原料です。  
★印はアレルギー対応食品です。

江戸川区立小岩第一中学校

日	献立名	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		
24 金	そぼろ小松菜ごはん 飲用牛乳 イカの香味焼き 切干大根の和え物 新玉ねぎのみそ汁	鶏ひき肉(茨城) 大豆(北海道) イカ 油揚げ(かつ) ★豚こま(茨城) 木綿豆腐(宮城) 白みそ 赤みそ	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 さとう じゃがいも(鹿児島)	サラダ油(米) ごま油 こまつな(江戸川) にんじん(徳島) さやえんどう(徳島)	しょうが(高知) ねぎ(千葉) 切干しいこん(宮崎) キャベツ(神奈川) 玉葱(北海道) えのきたけ(長野)	
25 土	麦入りご飯/おからかぶりかけ 飲用牛乳 おからとひじきのコロッケ 昆布和え わかめのすまし汁 果物(河内晩柑1/6)	おから(鹿児島・静岡) ★豚ひき肉(茨城) 大豆(北海道) おから(国産) 鶏こま(茨城) 冷凍わかめ(三陸)	精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 じゃがいも(鹿児島) 小麦粉 でん粉 生パン粉(7/10・かつ) 乾パン粉	白ごま サラダ油(米) 白すりごま 揚げ油(大豆) にんじん(徳島) こまつな(江戸川)	玉葱(北海道) きゅうり(群馬) キャベツ(神奈川) たけのこ(九州) もやし(栃木) ★河内晩柑(熊本)	
28 火	野菜あんかけ焼きそば 飲用牛乳 海藻サラダ 中華風コーンスープ 果物(バナナ1/2)	★豚こま(茨城) ★うずら卵(愛知) 冷凍わかめ(三陸) 鶏こま(茨城) 木綿豆腐(宮城)	飲用牛乳 赤とさかのり(熊本) 冷凍わかめ(三陸)	燕中華めん さとう でん粉 じゃがいも(鹿児島)	サラダ油(米) ごま油 白ごま 白すりごま にんじん(徳島) こまつな(江戸川)	しょうが(高知) にんにく(青森) 干し椎茸(国産) たけのこ(九州) もやし(栃木) ねぎ(千葉) キャベツ(神奈川) 玉葱(北海道) えのきたけ(長野) ｸﾞｰﾓﾝ(北海道) ｷｰﾙｺｰﾝ(タイ) ★バナナ(フィリピン)
30 木	シーフードピラフ 飲用牛乳 レバーと大豆のﾏﾘﾅｰｽﾞ ポテトとブロッコリーのセサミサラダ かぶのスープ デコボン(1/6)	鶏ひき肉(茨城) ★むきエビ(ミヅナ) イカ(ベル) まぐろ缶詰 ★豚レバー(茨城) 大豆(国産) ★ベーコン	飲用牛乳 精白米(千葉) 粒麦(福井・富山・石川) でん粉 三温糖 じゃがいも(鹿児島)	サラダ油(米) バター(北海道) 揚げ油(大豆) 白ごま パセリ(茨城) にんじん(徳島) ブロッコリー(長崎) かぶ(千葉) こまつな(江戸川)	玉葱(北海道) マッシュルーム(山形) しょうが(高知) ホールノンﾀｲ キャベツ(神奈川) かぶ(千葉) ★デコボン(熊本)	