

# Bコース

福一小、福二小、福四小、清明小、三河台小、清水小、御山小、荒井小、佐倉小、佐原小、大森小、野田小、清水中、西信中、信夫中

# [ 4月の献立予定表 ]

令和8年度 福島市中央学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の食品 ちやにくやほねになる		緑の食品 からだのちようしをととのえる		黄の食品 ねつやちからのもとなる		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	家庭で とりたい 食品
7火	ごはん はるさめスープ ハンバーグおろしソース コーンサラダ	○	ぶたにく、とうふ	生乳	にんじん	もやし、しいたけ、ねぎ、たけのこ	ごはん	はるさめ	631 721	海藻
8水	ごはん いちごゼリー たまねぎのみそしる とりのからあげ ごぼうとツナのサラダ	○	あぶらあげ	生乳	にんじん、さやいんげん	玉ねぎ	ごはん、いちごゼリー	じゃがいも	680 806	緑黄色野菜
9木	<b>和食の日献立</b> ごはん けんちんじる なのはなあえ さばのみそに	○	とりにく、とうふ	生乳	にんじん	だいこん、ねぎ、ごぼう	ごはん	さといも、こんにゃく	616 706	果物
10金	切れ目入りコッペパン マカロニスープ フランクフルト えだまめサラダ ケチャップ&マスタード	○	ベーコン	生乳	にんじん、さやいんげん	玉ねぎ、マッシュルーム	コッペパン	マカロニ、じゃがいも	663 836	乳製品
13月	ごはん なめこじる とりのてりやき きりぼしだいこんのいために	○	とうふ	生乳	にんじん	なめこ、だいこん、ねぎ	ごはん	じゃがいも	614 733	その他の野菜
14火	<b>和食の日献立</b> ごはん だいこんのみそしる ほっけのしおやき ごもくまめ	○	あぶらあげ	生乳		だいこん、ねぎ、えのきだけ	ごはん	じゃがいも	602 717	緑黄色野菜
15水	ちゅうかめん タンメンかけじる ぎょうざ(小1~4年1こ・小5~中2こ) もやしのナムル	○	ぶたにく、なると	生乳	にんじん、にら	キャベツ、玉ねぎ、メンマ、コーン、にんにく	ちゅうかめん		571 796	いも類
16木	ごはん ワンタンスープ ぶたキムチいため ニューサマーオレンジ (中)昆布佃煮	○	ぶたにく	生乳	にんじん	もやし、ねぎ、しいたけ、メンマ	ごはん	ワンタン	588 716	乳製品
17金	<b>入学・進級お祝い献立</b> 切れ目入り丸パン ミネストローネ フライドチキン いちごクレープ はるキャベツのサラダ	○	ぶたにく	生乳	にんじん、にら	にんにく、キャベツ、玉ねぎ、たけのこ、はくさいキムチ、りんご	丸パン	マカロニ、さとう、じゃがいも	742 938	海藻
20月	<b>かみかみ献立</b> ごはん わかたけじる けんさんとりつくね かみかみごぼうサラダ	○	あぶらあげ	生乳	にんじん	たけのこ、だいこん、ねぎ	ごはん	じゃがいも	576 688	緑黄色野菜
21火	<b>だいすきぶくしまの日献立</b> ごはん 花ふのすましじる さけのしおやき はるやさいのサラダ	○	とうふ、花なると	生乳	みつば、にんじん	えのきだけ、しいたけ、だいこん	ごはん、ふ、はるさめ		558 666	その他の野菜
22水	わかめごはん にくじゃが おかまヨサラダ プリン(卵、乳、大豆無し)	○	ぶたにく、あつあげ	わかめ、生乳	にんじん、さやいんげん	しょうが、玉ねぎ、しいたけ	ごはん	じゃがいも、こんにゃく、油ふ、さとう	651 770	魚・小魚類
23木	むぎごはん チキンカレー かいそうツナサラダ ヨーグルト	○	とりにく	生乳	にんじん、トマト	にんにく、玉ねぎ、グリーンピース、りんご	ごはん、麦	じゃがいも	673 833	豆・豆製品
24金	切れ目入りコッペパン じゃがいものベーコンに 豆まめドライカレー かわちぼんかん (中)チーズ	○	ベーコン	生乳	にんじん	玉ねぎ、キャベツ、マッシュルーム、グリーンピース	コッペパン	じゃがいも	659 911	海藻
27月	<b>和食の日献立</b> ごはん ごもくじる わかたけしのだに ごまあえ	○	とりにく、あぶらあげ	生乳	にんじん	ねぎ、ごぼう、しいたけ	ごはん	じゃがいも	601 703	その他の野菜
28火	ごはん マーボー豆腐 ポークしゅうまい(小1~4年1こ・小5~中2こ) ちゅうかあえ	○	ぶたにく、とうふ	生乳	にんじん、にら	たけのこ、ねぎ、しいたけ、しょうが、にんにく	ごはん	かたくり粉	639 896	果物
30木	<b>たんごの節句献立</b> ごはん はるまき ちゅうかふうコーンスープ パンバンジーサラダ かしわもち	○	とりにく、とうふ、たまご	生乳	にんじん	ねぎ、コーン、たけのこ、しいたけ	ごはん、はるまき	米油	816 934	魚・小魚類

今月の学校直送品:8日(水)いちごゼリー(サトー)、17日(金)いちごクレープ(サトー)、22日(水)プリン(給食会)、23日(木)ヨーグルト(ヤクルト)、30日(木)柏もち(給食会)

- ※ 都合により献立の内容が変わることがあります。
- ※ 福島市では市立小中学校の給食費完全無償化を実施しています。
- ※ 給食用食材は放射線検査で安全性が確認されたものを使用しています。
- ※ (中)は、中学校のみに提供されます。
- ※ 福島県産食材は下線、福島市産食材は太字で表記しています。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	食塩相当量 g
(小)	639	24.9	19.2	341	2.2
	650	21.1~32.5	14.4~21.6	350	1.9
(中)	790	30.6	22.4	374	2.9
	830	27.0~41.5	18.4~27.7	450	2.4