



# 4月献立表



入善町教育委員会  
入善町立入善小学校

令和8年度

日曜	献立名	おもな材料とその働き					
		赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
8 水	ごはん 牛乳 やさいスープ コールスローサラダ とりにくのマスタードやき	ウインナー とりにく ★みそ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ しめじ キャベツ とうもろこし	★こめ さとう	ノンエッグ マヨネーズ こめあぶら
9 木	ごはん 牛乳 ぶたじる さけのてりやき すのもの	ぶたにく もめんどうふ さけ ★みそ	牛乳 わかめ	にんじん	ごぼう だいこん キャベツ きゅうり みかん	★こめ こんにやく でんぶん さとう じゃがいも	
10 金	※ ※ にゅうがくおいわいこんだて ※ ※						
10 金	わかめごはん 牛乳 はるさめスープ ナムル とりのからあげ おいわいクレープ	ぶたにく とりにく とうにゅう	牛乳 わかめ	にんじん	はくさい キャベツ きゅうり しょうが もやし しめじ いちご	★こめ さとう でんぶん こめこ はるさめ	こめあぶら ごまあぶら
13 月	ふりかけの日						
13 月	ごはん 牛乳 ふりかけ あつあげとキャベツのみそしる ぶたにくのスタミナいため こふきいも	あつあげ ぶたにく ★みそ	牛乳 のり	にんじん ピーマン	キャベツ えのき たまねぎ にんにく	★こめ さとう じゃがいも でんぶん	こめあぶら
14 火	ごはん 牛乳 にくだんごスープ ツナいりたまごやき はりはりソテー	とりにく ぶたにく たまご ツナ	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ もやし ねぎ ごぼう きりぼしだいこん	★こめ さとう	こめあぶら
15 水	ごはん 牛乳 とうにゅうポタージュ さかなのレモンあげ こまつなサラダ	ベーコン とうにゅう メルルーサ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり レモン	★こめ さとう じゃがいも でんぶん こめこ	こめあぶら
16 木	カレーライス 牛乳 ヨーグルトあえ	ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	にんじん かぼちゃ	にんにく しょうが たまねぎ パイナップル みかん もも パナナ	★こめ おおむぎ じゃがいも	こめあぶら カレールウ
17 金	~ New 膳の日 ~						
17 金	まめまめごはん 牛乳 じゃがいものそばろに フラワーロードサラダ とりにくのしおこうじやき	ぶたにく とりにく ★だいず	牛乳	にんじん グリーンピース	しょうが たまねぎ しめじ キャベツ カリフラワー きゅうり とうもろこし	★こめ でんぶん じゃがいも さとう ★しおこうじ	こめあぶら
18 土	ごはん 牛乳 マーボーどうふ やきぎょうざ かふうあえ	もめんどうふ ぶたにく とりにく ★みそ あかみそ	牛乳 わかめ	にんじん にら	ねぎ しめじ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ さとう こむぎこ でんぶん	こめあぶら ごまあぶら
20 月	ふりかえきゅうぎょう日						
21 火	ごはん 牛乳 コーンスープ ハンバーグ にんじんサラダ	とりにく ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ とうもろこし きゅうり レモン	★こめ さとう こめこ パンこ	こめあぶら マーガリン
22 水	入善とみさん(富×3)の日						
22 水	たけのごはん 牛乳 とうふとなめこのすましじる あかうおのりマヨやき じゃがいもきんぴら	あかうお もめんどうふ うすあげ とりにく	牛乳 わかめ あおのり	にんじん ピーマン	たけのこ なめこ だいこん	★こめ さとう じゃがいも こんにやく	こめあぶら ノンエッグ マヨネーズ
23 木	やきそば 牛乳 ポテトとおこめのささみカツ だいコーンサラダ	ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ だいこん きゅうり とうもろこし	ちゅうかめん さとう こめこ じゃがいも	こめあぶら
24 金	ごはん 牛乳 ぐだくさんみそしる さばのしおやき ひじきのいために	さば ★だいず もめんどうふ ぶたにく ★みそ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ ごぼう	★こめ さとう こんにやく	こめあぶら
27 月	ごはん 牛乳 はるやさいのもの ぶたにくのしょうがやき きざみづけ	がんもどき ぶたにく	牛乳	にんじん さいいんげん こまつな	たまねぎ たけのこ しょうが キャベツ	★こめ こんにやく さとう でんぶん じゃがいも	こめあぶら
28 火	ごはん 牛乳 ぶたにくととうふのうまに ちくわのいそべあげ しゃきしゃきあえ	ぶたにく もめんどうふ ちくわ	牛乳 あおのり	にんじん	しめじ もやし しょうが キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん	★こめ さとう こむぎこ	こめあぶら
29 水	しょうわの日						
30 木	ごはん 牛乳 ミネストローネ マーマレードチキン こんにやくサラダ	ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん グリーンピース トマト	にんにく たまねぎ セロリー キャベツ きゅうり オレンジ	★こめ さとう じゃがいも こんにやく	こめあぶら ごまあぶら

今月の地場産食材(★印)：こめ(ふふふ)・みそ・だいず・しおこうじ

※都合により献立を変更する場合があります。