

令和8年(2026年) 4月 学校給食献立表



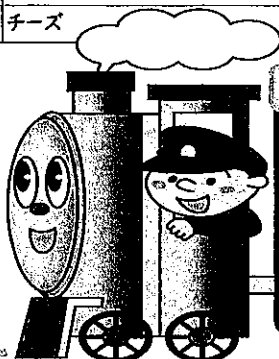
九度山町学校給食センター

※すべての日に牛乳がつきます。ぎゅうにゅうは、あかのグループです。

日	曜日	こんだてめい	ざいりょう			ちようみりよう	エネルギー (kcal)	
			おもにエネルギーのもとになるもの (きいろのグループ)	おもにからだをつくるもとになるもの (あかのグループ)	おもにからだのちようしをどとのえるもとになるもの (みどりのグループ)			
8	水	ごはん	ごはん				584	
		ちくぜんに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく ひらてん だいず	ごぼう にんじん たけのこ こんにゃく しょうが	しょうゆ さけ みりん	729	
		はるさめサラダ	はるさめ ごま さとう ごまあぶら		きゅうり とうもろこし	す しょうゆ		
9	木	ごはん	ごはん				636	
		ぶたにくとやさいのいために	ふ さとう	ぶたにく とうふ	いとこんにゃく はくさい たまねぎ にんじん あおねぎ ほししいたけ	しょうゆ さけ みりん	796	
		じゃことくきわかめのあえもの	さとう ごまあぶら	ちりめんじゃこ くきわかめ	きゅうり	しょうゆ す とうがらし		
		みそポテト	じゃがいも でんぶん あぶら さとう	みそ		しょうゆ		
10	金	ごはん	ごはん				627	
		さわらのしおやき		さわら		しお	769	
		ごまあえ	ごま さとう	ひじき	はくさい にんじん	しょうゆ		
		きりぼしだいこんいりみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ みそ	きりぼしだいこん たまねぎ こまつな ほししいたけ	かつおだしﾊﾞｯｸ		
13	月	ごはん	ごはん				650	
		とりにくのからあげ	でんぶん あぶら	とりにく	しょうが にんにく	しょうゆ さけ	813	
		ちゅうかサラダ	さとう ごまあぶら		キャベツ こまつな にんじん	しょうゆ す		
		もずくスープ	ごまあぶら	ぶたにく とうふ もずく	たまねぎ たけのこ にんじん もやし あおねぎ しょうが	しょうゆ さけ ちゅうかｽｰﾌﾟ のもと		
14	火	むぎごはん	むぎごはん				684	
		ポークカレー	じゃがいも	ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	あかワイン ｶｰﾚｰﾄﾞﾏﾄｹﾅｯﾌﾟ ﾕｽﾀｰｿｰｽ ｶｰｰ こしょう	833	
		じゃことわかめのサラダ	ごま さとう あぶら	ちりめんじゃこ わかめ	キャベツ	す しお		
		バナナ			バナナ			
15	水	ごはん	ごはん				618	
		カツオカツ	あぶら	カツオカツ			732	
		キャベツのあまずあえ	さとう		キャベツ にんじん	す しょうゆ		
		じゃがいもとたまねぎのみそしる	じゃがいも	あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ こまつな ぶなしめじ	かつおだしﾊﾞｯｸ		
16	木	ごはん	ごはん				630	
		マーボーあつあげ	さとう ごまあぶら でんぶん	あつあげ ぶたにく あかみそ	たまねぎ たけのこ にら ほししいたけ しょうが にんにく	しょうゆ さけ ちゅうかｽｰﾌﾟ のもと トｳﾊﾞﾝｼﾞﾔﾝ	820	
		ナムル	ごま ごまあぶら さとう	ツナ	にんじん こまつな	しょうゆ		
		やきギョーザ		ギョーザ				
17	金	ごはん	ごはん				610	
		しろみざかなのごまみそだれ	でんぶん あぶら ごま さとう	メルルーサ		さけ	753	
		うめおかかあえ		ひじき かつおぶし	キャベツ こまつな うめびしお	しょうゆ		
		こうやどうふのふくめに	さとう	こうやどうふ	だいこん たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ ほししいたけ	しょうゆ みりん さけ しお かつおだしﾊﾞｯｸ		
20	月	チキンライス(むぎいり)	チキンライス(むぎいり)				619	
		クリームシチュー	じゃがいも しろいんげんまめ	ミートボール だいず ｽｷﾑﾐﾙｸ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ぶなしめじ	ﾊﾞｼﾞﾙｿｰｽ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ のもと しろワイン こしょう ｳｾﾘ	775	
		ブロッコリーとコーンのサラダ	あぶら さとう		ブロッコリー とうもろこし	す しお こしょう		
21	火	ごはん	ごはん				595	
		じゃがいものそばろに	じゃがいも さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	しょうゆ みりん さけ	734	
		わかめのすのもの	さとう あぶら	わかめ	キャベツ	す しお		
		たまごやき		たまごやき				
22	水	ごはん	ごはん				599	
		しろみざかなのカレーソース	さとう	たら		さけ しょうゆ とんかつソース みりん ｶｰｰ こ	744	
		チーズサラダ	あぶら さとう	チーズ	キャベツ にんじん	す しお こしょう		
		ミネストローネ	しろいんげんまめ ABCマカロニ じゃがいも オリーブあぶら	ベーコン だいず	たまねぎ マッシュルーム セロリ にんにく	ﾄﾏﾃﾌﾞｰﾚ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ のもと しろワイン しょうゆ しお こしょう ｳﾞｼﾞﾙ		
23	木	ごはん	ごはん				648	
		とりにくのてりやき	さとう ごまあぶら	とりにく		しょうゆ	814	
		じゃことやさいのごまマヨネーズあえ	ごま たまごなしマヨネーズ	ちりめんじゃこ	だいこん にんじん	しょうゆ す		
		わかめととうふのみそしる	じゃがいも	わかめ とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ こまつな えのきたけ	かつおだしﾊﾞｯｸ		
24	金	げんりょうわかめごはん	わかめごはん				625	
		かやくうどん	うどん	とりにく かまぼこ	だいこん にんじん あおねぎ ほししいたけ	しょうゆ みりん さけ しお かつおだしﾊﾞｯｸ だししょうこんぶ	783	
		ちくわのいそべあげ	こむぎこ あぶら	ちくわ あおのり				
		さんしょくサラダ	ごま さとう ごまあぶら	ひじき	はくさい こまつな	しょうゆ す		
27	月	ごはん	ごはん				679	
		ハンバーグケチャップソース	さとう	ハンバーグ		ﾄﾏﾄｹﾅｯﾌﾟ ﾕｽﾀｰｿｰｽ あかワイン	860	
		ごぼうサラダ	ごま あぶら さとう		ごぼう きゅうり とうもろこし	しょうゆ す		
28	火	クラムチャウダー	じゃがいも しろいんげんまめ あぶら	ベーコン あさり だいず ぎゅうにゅう ｽｷﾑﾐﾙｸ	たまねぎ にんじん	ﾊﾞｼﾞﾙｿｰｽ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ のもと こしょう ｳｾﾘ	725	
		ごはん	ごはん					586
		しろみざかなのレモンソース	でんぶん あぶら さとう	メルルーサ	レモンかじゅう	さけ しょうゆ		808
		はくさいのおかかあえ		かつおぶし	はくさい もやし にんじん	しょうゆ		
30	木	ぐだくさんみそしる	じゃがいも	わかめ とうふ あぶらあげ みそ	きりぼしだいこん たまねぎ こまつな ほししいたけ	かつおだしﾊﾞｯｸ	647	
		むぎごはん	むぎごはん					808
		ぶたキムチどん	さとう ごまあぶら	ぶたにく	はくさい かつ たまねぎ はくさい にら にんにく しょうが	しょうゆ さけ トｳﾊﾞﾝｼﾞﾔﾝ		
		にんじんしりしり	ごま さとう ごまあぶら	ツナ	にんじん レモンかじゅう	しょうゆ		
30	木	チーズポテト	じゃがいも オリーブあぶら	チーズ		ﾊｾﾘ		

※材料等の都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

※おはしは毎日持ってきてください。スプーンマークの日にはスプーンがつきます。





4月給食たより



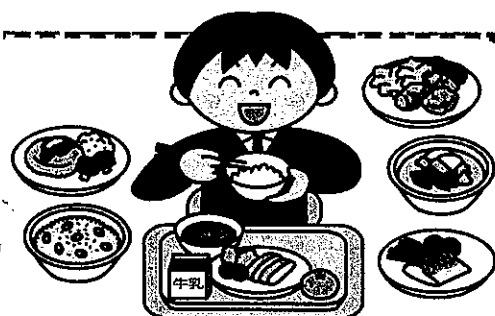
令和8年度 九度山町学校給食センター
くじやまちょうがっこうきゅうしょく

入学・進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、安全、安心、おいしい給食作りに努めてまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食から学ぶこと

- 健康によい食事のとり方
- 伝統行事や行事食
- 地域の産業
- 日本や世界の食文化
- 環境への配慮
- 感謝の心 など

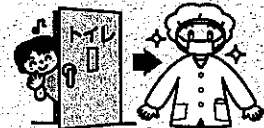
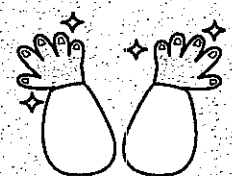
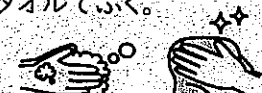
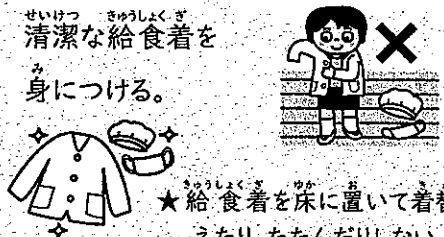
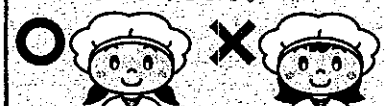
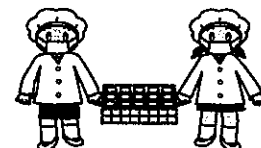
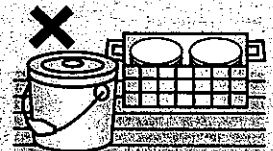
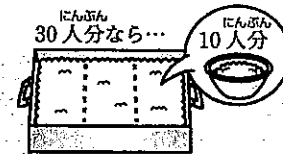


給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守り、協力して準備や後片付けをしましょう。



トイレは身じたくを 整える前に済ませる。 	爪は短く切っておく。 	手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。 	体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。 	清潔な給食着を 身につける。 ★給食着を床に置いて着替 えたり、たたんだりしない。 	
マスクで鼻と口 をおおう。 	髪の毛は帽子や三角巾 にしっかりしまう。 ★髪が長い人は結んでおく。 	重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。 	食缶や食器かごなどを 床に置かない。 	ひとりぶん 一人分の量を考 えて 丁寧に盛り付け る。 30人分なら… 10人分 	汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。 

安全に楽しく給食を食べるための約束

給食は、安全に楽しく食べられるように考えて作られています。配膳するときや食べるときに一人一人が気をつけないと、事故につながる可能性があります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。



給食の前に気をつけること

教室を換気し、給食に關係の ないものは片付けましょう。 ★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、 給食に入らないようにしましょう。	手をせっけんできれいに 洗いましょう。 ★清潔なハンカチやタオル を毎日持ってきてきましょう。	給食を配膳したら、席に ついて静かに待ちましょう。 ★立ち歩くと、ほりこが立ったり、ぶつか ってこぼしたりするかもしれません。
---	---	---

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょう。

丸くツルツとしたもの	粘着性の高いもの	かみ切りにくいもの
ぶどう、ミニトマト、さくらんぼ	もち、パン、いも類	スイカ、タコ、いか、りんご

食べるときに気をつけること

姿勢よく、おわんは手に持って 食べましょう。 ★足を組んだり、 犬食いになっ たりしないよう にしましょう。	食べやすい大きさにし、 よくかんで食べましょう。 ★口に詰め込みすぎないよう に気をつけましょう。	食べている人を驚かせたり 笑わせたりしてはいけません。 ★食べ物を吸い込むと危険です。
--	---	---

窒息時にみられる「チョークサイン」

のどが詰まると声が出せなくなります。もし、周りの友達が苦しそうにしていたら、すぐに近くの先生や大人に知らせましょう。

