

令和8年 4月 こんだてひょう

今月の目標： 楽しく食べよう

南部学校給食共同調理場

大津市教育委員会

(日吉台小・下阪本小・唐崎小・志賀小・比叡平小・藤尾小・長等小・逢坂小・日吉中・唐崎中・皇子山中)

日	曜	献立名	主 材				エネルギーたんぱく質脂質	
			②黄 おもにエネルギーのもとになる	②赤 おもに体をつくる	②緑 おもに体の調子を整える	その他	小学校	中学校
13	月	しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりく 鶏肉のカレーマヨ焼き あおな 青菜のおひたし ぶた 豚じゃが	麦ごはん マヨネーズ なたね油 三温糖 じゃがいも	牛乳 鶏肉 豚肉	チンゲンサイ はくさい たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	酒 塩 カレー粉 しょうゆ 削り節 みりん	568kcal 29.4g 16.7g	731kcal 36.8g 19.4g
14	火	【郷土料理・特産物：鹿児島県】 しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん・ふりかけ(かつお) ぎゅうにゅう 牛乳 さわらの たつたあ 竜田揚げ さつま汁 ゼリー(みかん)	麦ごはん でん粉 なたね油 ゼリー(みかん)	ふりかけ(かつお) 牛乳 さわら 鶏肉 厚揚げ みそ	しょうが だいこん たまねぎ にんじん ごぼう 青ねぎ	酒 しょうゆ 煮干し	647kcal 26.0g 22.2g	829kcal 33.1g 27.0g
15	水	【かみかみデー】 しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん のむヨーグルト(B) いかのかりん揚げ じゃがいもと豚肉の炒め物 とりだんごじる 鶏団子汁	麦ごはん でん粉 なたね油 じゃがいも 三温糖	のむヨーグルト(B) むらさきいか 豚肉 チキンボール	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく 青ねぎ	酒 しょうゆ 塩 こしょう 出し昆布 削り節	553kcal 23.9g 11.2g	729kcal 30.4g 14.5g
16	木	【お花見献立】 はなみこんだて しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 はながた 花型ハンバーグのケチャップソースかけ いろど やさい わふう 彩り野菜・和風ドレッシング コーンポタージュスープ*	コッペパン なたね油 三温糖 和風ドレッシング ホワイトルウ	牛乳 花型ハンバーグ	だいこん こまつな にんじん とうもろこし たまねぎ パセリ	ウスターソース ケチャップ コンソメ こしょう 塩	591kcal 23.5g 21.9g	709kcal 27.0g 24.2g
17	金	【外国料理・中国】 がいこくりょうり しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あげポークしゅうまい☆ ばんさんすー(春雨の中華サラダ) はっほうさい 八宝菜	麦ごはん なたね油 はるさめ 三温糖 ごま油 でん粉	牛乳 ポークしゅうまい 鶏肉	キャベツ とうもろこし はくさい たまねぎ にんじん チンゲンサイ 乾しいたけ	しょうゆ 米酢 塩 中華スープ こしょう	560kcal 19.4g 16.9g	791kcal 25.8g 24.4g
20	月	しがけんさんむぎ 滋賀県産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく こうみや 豚肉の香味焼き はる 春キャベツのおかかあえ あつあ 厚揚げの炒め煮	麦ごはん 三温糖 なたね油 じゃがいも	牛乳 豚肉 花かつお 鶏肉 厚揚げ	白ねぎ キャベツ こまつな たまねぎ さやいんげん	酒 しょうゆ 米酢 みりん 塩 削り節	575kcal 28.1g 16.4g	740kcal 35.0g 19.0g
21	火	【入学・進級お祝い献立】 にゅうがく しんきゅう いわ こんだて せきはん 赤飯・ごましお ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわの米粉天ぷら☆ はる 春の炊きあわせ プリン(いちご)	赤飯 ごましお 上新粉 なたね油 じゃがいも 三温糖 プリン(いちご)	牛乳 焼き竹輪 鶏肉	こんにゃく だいこん にんじん たけのこ ふき	みりん しょうゆ 削り節	626kcal 20.5g 20.9g	865kcal 27.6g 29.0g

☆ 17日(金) 揚げポークしゅうまい

小学生は低学年・中学年：2個、高学年：3個、中学生は4個です。

☆ 21日(火) ちくわの米粉天ぷら

小学生は低学年・中学年：1個、高学年：2個、中学生は2個です。

日	曜	献立名	主 材				エネルギーたんぱく質脂質	
			②黄 おもにエネルギーのもとになる	②赤 おもに体をつくる	②緑 おもに体の調子を整える	その他	小学校	中学校
22	水	【残さず食べようデー】 滋賀県産麦ごはん のむヨーグルト(A) 厚揚げと大豆のコロコロ揚げ 海藻サラダ・しそドレッシング チキンカレー	麦ごはん でん粉 なたね油 しそドレッシング じゃがいも カレールウ	のむヨーグルト(A) 厚揚げ 大豆 海藻ミックス 鶏肉	だいこん きゅうり たまねぎ にんじん	塩 ウスターソース ケチャップ カレー粉 こしょう	626kcal 20.7g 16.4g	807kcal 26.1g 20.9g
23	木	黒糖パン 鶏肉のバジル焼き ポテトサラダ コンソメスープ	黒糖パン なたね油 じゃがいも マヨネーズ	牛乳 鶏肉 ウインナー	にんにく とうもろこし たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	白ワイン 塩 こしょう バジルソース コンソメ	581kcal 28.6g 20.8g	736kcal 35.7g 25.0g
24	金	【滋賀の産物を食べようデー】 滋賀県産麦ごはん 鶏肉のから揚げ こまつなと赤こんにゃくの炒め物 打ち豆汁	麦ごはん でん粉 なたね油	牛乳 鶏肉 豚ひき肉 打ち豆(大豆) 油揚げ みそ	こまつな 赤こんにゃく りょくとうもやし だいこん たまねぎ にんじん 青ねぎ しょうが	酒 しょうゆ みりん 煮干し	596kcal 29.0g 20.7g	768kcal 36.3g 24.7g
27	月	滋賀県産麦ごはん ヤンニョムチキン ナムル わかめスープ	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖 ごま油 すりごま	牛乳 鶏肉 わかめ 豆腐	しょうが ほうれんそう りょくとうもやし にんじん にんにく たまねぎ 白ねぎ	酒 塩 しょうゆ みりん コチュジャン ケチャップ トウバンジャン 中華スープ こしょう	580kcal 26.0g 18.6g	747kcal 32.3g 21.9g
28	火	滋賀県産麦ごはん さばの塩焼き 豚肉と野菜の炒め物 豆腐と油揚げのみそ汁	麦ごはん なたね油 三温糖	牛乳 さば 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	キャベツ にんじん ピーマン たまねぎ 青ねぎ	酒 塩 中華スープ オイスターソース しょうゆ こしょう 煮干し	571kcal 27.9g 22.1g	746kcal 35.9g 27.3g
30	木	コッペパン フライドポテト 春キャベツのサラダ ハッシュドポーク	コッペパン じゃがいも なたね油 三温糖 ハヤシルウ	牛乳 豚肉	キャベツ にんじん とうもろこし レモン果汁 たまねぎ エリンギ トマト	塩 しょうゆ 米酢 ケチャップ ウスターソース こしょう	582kcal 20.9g 21.3g	735kcal 25.6g 25.7g

※ 材料等の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。

* は、新しい料理などです。お楽しみに・・・

※ エネルギー、たんぱく質、脂質の値は小学校3・4年生の一食当たりの栄養量です。

★こんだてから

- 14日 「さつま汁」は、鶏肉を使った具沢山の味噌汁で、鹿児島県全地域で食べられている郷土料理です。また、鹿児島県は、あまなつ、タンカン、温州みかんなど美味しい柑橘類で知られています。
- 21日 赤飯の赤色には意味があります。昔から、「赤色には災いを避ける力がある」と信じられていたので、魔除けの意味を込めてお祝いの日には赤飯が食べられてきました。日本の伝統的な食文化の一つです。

学校給食費について

- 小学校給食費は、自己負担をなくすため徴収いたしません。
- 中学校給食費は、1月あたり 290円/日×給食日数です。
□ 座振替日は毎月28日です。(28日が土日祝の場合は金融機関の翌営業日となります。)
- 学校給食費の未納がある場合、学校給食課(TEL528-2636)にご連絡ください。納付書を郵送します。



大津市学校給食課のInstagramでは、給食の献立を投稿しています。こちらをチェック