

4月給食予定献立表

令和8年

渋谷区立青山キャンパス（広尾中・松濤中）

日	曜日	主食	牛乳	献立名	血や肉、骨や歯になるもの	からだの調子を整える	体を動かす熱や力になるもの	1人1日 kcal	たんぱく質 g	
8	水	ポークカレーライス		ツナとコーンのサラダ	豚肉 牛乳 ツナ缶 乾燥わかめ	玉葱 にんにく しょうが にんじん トマト ケチャップ ホールコーン キャベツ きゅうり	米 油 バター 薄力粉 じゃがいも 三温糖	886	27.5	
9	木	ミートソーススパゲティ		バリバリポテトサラダ くだもの	豚ひき肉 牛乳	にんにく 玉葱 にんじん セロリ マッシュルーム(水煮) トマト缶 トマトケチャップ トマトピューレ トマトペースト パセリ キャベツ きゅうり いちご (予定)	スパゲティ 油 砂糖 じゃがいも 揚げ油 はちみつ	767	30.0	
10	金	 五目ちらし寿司		塩麴のから揚げ すまし汁 桃ゼリー	鶏肉 油揚げ たまご 牛乳 寒天	にんじん ごぼう れんこん たけのこ(水 煮) きぬさや にんにく しょうが えのきたけ 水菜 ももジュース	米 砂糖 油 片栗粉 焼き麴	841	31.6	
13	月	チリピーンズライス		コールスローサラダ ジュリエンスープ	豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆 粉チーズ 牛乳 ベーコン	しょうが にんにく 玉葱 にんじん トマトペースト トマト缶 トマトケチャップ キャベツ きゅうり ホールコーン 緑豆もやし みずな	米 油 三温糖 じゃがいも 砂糖	804	29.1	
14	火	麻婆豆腐丼		中華わかめスープ くだもの	豚ひき肉 赤みそ 八丁味噌 木綿豆腐 牛乳 鶏肉 わかめ	にんにく しょうが にんじん 新たけのこ 干し椎茸 ながねぎ グリーンピース もやし 万能ねぎ カラマンダリン (予定)	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油	815	36.1	
15	水	わかめご飯		厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 キャベツとえのきの味噌汁	炊き込みわかめ 牛乳 生揚げ 鶏ひき肉 昆布 白みそ	しょうが にんじん 新たけのこ さやいんげん キャベツ えのきたけ かいわれだいこん	米 三温糖 油 こんにやく じゃがいも 片栗粉	784	30.1	
16	木	黒砂糖パン		魚の香草焼き 糸寒天のサラダ ハンガリアンシチュー	牛乳 すけとおだら 糸寒天 豚肉	キャベツ きゅうり にんじん 玉葱 セロリ にんにく トマト缶 トマ トピューレ ブロッコリー	黒砂糖パン マヨネーズ パン粉(乾) 油 ごま油 砂糖 じゃがいも デミグラスソース バター 薄力粉	863	42.1	
17	金	春の香りごはん		鶏肉の照り焼き お浸し たっぷり野菜の豚汁	鶏肉 油揚げ 牛乳 豚肉 白みそ 赤みそ	新たけのこ にんじん きぬさや しょうが 青菜 キャベツ 玉葱 ごぼう だいこん れんこん まいたけ	米 砂糖	814	40.2	
20	月	ルーローファン		ルオボタン オーギョーチ風ゼリー	豚肉 牛乳 さば節 アガー	トマトケチャップ しょうが にんじん ねぎ もやし こまつな だいこん りんごジュース レモン(果汁)	米 三温糖 油 片栗粉 砂糖	793	23.5	
21	火	ご飯		メンチカツ キャベツのゆかり和え 味噌けんちん汁	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 木綿豆腐 白みそ 赤みそ	キャベツ 玉葱 トマトケチャップ もやし きゅうり しょうが にんじん だいこん ごぼう ねぎ こまつな	米 パン粉(生) 薄力粉 パン粉(乾) 揚げ油 三温糖 じゃがいも 里芋 こんにやく	883	33.8	
22	水	ご飯		鯖の香味焼き 土佐和え 具沢山味噌汁 ミカンゼリー	牛乳 さわら さば節 鶏肉 油揚げ 白みそ 赤みそ 粉寒天	しょうが にんにく キャベツ きゅうり もやし 玉葱 ごぼう だいこん れんこん にんじん えのきたけ オレンジジュース みかん缶	米 ごま油 三温糖 砂糖	841	36.9	
23	木	ご飯		チキンピカタ ポテトと野菜のリヨネーゼ ABCスープ	牛乳 鶏肉 たまご 粉チーズ ベーコン	トマトケチャップ 玉葱 アズメ(ラガス) にんにく しょうが にんじん キャベツ こまつな	米 薄力粉 三温糖 じゃがいも 揚げ油 オリーブ油 マカロニ	883	37.9	
24	金	わかめうどん		竹輪の二色揚げ 青菜のからし和え くだもの	鶏肉 油揚げ わかめ 牛乳 ちくわ 青のり	にんじん 干し椎茸 ねぎ キャベツ もやし こまつな いちご (予定)	うどん 片栗粉 薄力粉 揚げ油 三温糖	796	32.5	
27	月	27日は松濤中はお休みです。			コーンポタージュ お豆のサラダ	ベーコン ピザ用チーズ 牛乳 牛乳 生クリーム ひよこまめ 白花豆	にんにく 玉葱 トマトピューレ トマト缶 トマトケチャップ マッシュルーム(水煮) ピーマン クリームコーン パセリ キャベツ もやし きゅうり 赤パプリカ	ナン 油 バター 薄力粉 はちみつ	801	29.8
28	火	鶏五目ごはん		かつおのごまがらめ 沢煮椀	鶏肉 油揚げ 牛乳 かつお 豚肉	にんじん ごぼう 干し椎茸 さやいんげん しょうが だいこん 新たけのこ ながねぎ	米 油 三温糖 片栗粉 白ごま	840	41.9	
30	木	回鍋肉丼		チンゲン菜とトックのスープ くだもの	豚肉 赤みそ 牛乳 たまご	にんにく しょうが にんじん 新たけのこ 干し椎茸 キャベツ ながねぎ ピーマン 赤パプリカ しいたけ チンゲンサイ ねぎ 玉葱 清美オレンジ (予定)	米 大麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油	795	27.7	

◎都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

🌸 御入学・御進級、おめでとうございます 🌸 広尾中と松濤中是一緒の給食を提供します。調理委託業者はフジ産業(株)です。今年度は9月から神南小も迎え、3校が同じ給食室で給食を作り、提供することになります。なにとぞ、御理解・御協力のほど、よろしくお願い致します。