

[4 月 献 立 表]

2026年 4月

川村小学校

| 日 | 主食 | 牛乳 | おかず | 赤の仲間 血や肉になる | 黄の仲間 熱や力の元になる | 緑の仲間 体の調子を整える | エネルギー たんぱく質 脂質 |
|---------|------------------------|-------------|--|-----------------------------------|--|--|------------------------------|
| 9 木 | カレーライス | ○ | コールスローサラダ (コールスロードレ) みかんゼリー | 豚肉、牛乳 | 精白米、油、じゃがいも、 コールスロードレッシング | にんにく、しょうが、玉葱、にんじん、 トマト、キャベツ、きゅうり、 とうもろこし、みかんゼリー | 654 kcal 19.8 g 20.4 g |
| 10 金 | 赤飯 | ○ | 鶏の照り焼き 和風サラダ(和風ドレ) 京花麩のすまし汁 紅白だんご | あずき、牛乳、鶏肉、豆腐、わかめ | もち米、精白米、ごま、砂糖、油、 片栗粉、和風ドレッシング、麩、 紅白団子 | しょうが、キャベツ、にんじん、 きゅうり、だいこん | 634 kcal 26.0 g 21.0 g |
| 13 月 | スパゲッティ和風きのこソース (のり) | ○ | コーンサラダ(フレンチドレ) さくらゼリー | ベーコン、きざみのり、牛乳 | スパゲッティ、油、片栗粉、 フレンチドレッシング | にんにく、玉葱、マッシュルーム、 しめじ、えのきたけ、キャベツ、 きゅうり、にんじん、とうもろこし、 さくらゼリー | 613 kcal 22.1 g 22.8 g |
| 14 火 | ミルクロール | ○ | 豚肉のバーベキューソース パセリポテト 野菜スープ | 牛乳、豚肉、ベーコン | ミルクロール、砂糖、油、じゃがいも | にんにく、トマト、玉葱、にんじん、 キャベツ、ほうれんそう | 611 kcal 29.6 g 27.3 g |
| 15 水 | 鶏塩うどん | ○ | かつおカツ 寒天入りサラダ(青じそドレ) 果物(オレンジ) | 鶏肉、わかめ、油揚げ、牛乳、 カツオカツ、寒天、海藻ミックス | うどん、ごま油、油、 青じそドレッシング | にんにく、しょうが、にら、干し椎茸、 キャベツ、きゅうり、とうもろこし、 オレンジ | 607 kcal 27.2 g 24.1 g |
| 16 木 | ごはん | ○ | 鶏肉の西京焼き 白菜のお浸し 豆腐とわかめのすまし汁 | 牛乳、鶏肉、味噌、塩昆布、豆腐、わかめ | 精白米、砂糖、油 | しょうが、はくさい、もやし、 にんじん、こまつな、えのきたけ | 590 kcal 25.0 g 19.2 g |
| 17 金 | 食パン | ○ | いちごジャム ポトフ マカロニサラダ(イタリアン) レアチーズケーキ | 牛乳、豚肉、ベーコン、ウィンナー、 レアチーズケーキ | 食パン、油、じゃがいも、マカロニ、 イタリアンドレッシング | いちごジャム、にんにく、玉葱、 にんじん、キャベツ、きゅうり、 とうもろこし | 690 kcal 20.4 g 30.7 g |
| 20 月 | しょうゆラーメン | ○ | 焼きぎょうざ(しょうゆ) 中華サラダ(塩中華ドレ) マスカットゼリー | 豚肉、牛乳、焼きぎょうざ | 中華めん、油、塩中華ドレッシング | にんにく、しょうが、もやし、 にんじん、ねぎ、とうもろこし、 こまつな、キャベツ、きゅうり、 マスカットゼリー | 637 kcal 27.1 g 17.0 g |
| 21 火 | たけのこご飯 | ○ | 銀ひらすのごまだれ焼き 春キャベツのサラダ(和風ドレ) ほうれん草の味噌汁 | 鶏肉、油揚げ、牛乳、ギンヒラス、味噌 | 精白米、砂糖、ごま、片栗粉、 和風ドレッシング | たけのこ、にんじん、しょうが、 キャベツ、きゅうり、とうもろこし、 ほうれんそう、玉葱、干し椎茸 | 637 kcal 33.0 g 24.2 g |
| 22 水 | パンキンロール | ○ | 鶏肉のソテー・ブヴァンス風ソース バリバリサラダ (コーンクリーミードレ) クリームスープ | 牛乳、鶏肉、ベーコン、豆乳 | パンキンロール、オリーブ油、 コーンフレーク、 コーンクリーミードレッシング、 油、じゃがいも、バター | にんにく、トマト、キャベツ、 にんじん、きゅうり、玉葱、 とうもろこし | 593 kcal 30.5 g 28.2 g |
| 23 木 | わかめご飯 | ○ | 肉じゃが キャベツと枝豆のサラダ (胡麻ドレ) 果物(りんご) | わかめ、牛乳、豚肉 | 精白米、油、じゃがいも、砂糖、米粉、 胡麻クリーミードレッシング | 玉葱、にんじん、したらき、 さやいんげん、キャベツ、えだまめ、 とうもろこし、りんご | 675 kcal 20.8 g 20.7 g |
| 24 金 | スパゲッティ・ミートソース | ○ | イタリアンサラダ(イタリアンドレ) ストロベリーヨーグルト | 豚肉、牛乳、ヨーグルト | スパゲッティ、油、砂糖、 イタリアンドレッシング、 デミグラスソース | にんじん、玉葱、しょうが、にんにく、 セロリ、マッシュルーム、トマト、 キャベツ、赤パプリカ、きゅうり、 いちご | 679 kcal 28.9 g 26.5 g |
| 27 月 | ごはん ハッシュドポーク | ジ ョ ア | フレンチサラダ(フレンチドレ) 果物(バナナ) | 乳酸菌飲料、豚肉 | 精白米、油、じゃがいも、 フレンチドレッシング、 デミグラスソース、 ハッシュドビーフフレーク | 玉葱、トマト、しめじ、キャベツ、 きゅうり、にんじん、バナナ、レモン | 646 kcal 22.8 g 13.1 g |
| 28 火 | 米粉入りパン | ○ | 鶏肉の香草パン粉焼き アスパラサラダ(香味玉葱ドレ) コンソメスープ | 牛乳、鶏肉、ベーコン | 米粉入りパン、パン粉、オリーブ油、 香味玉葱ドレッシング、油 | にんにく、キャベツ、アスパラガス、 赤パプリカ、にんじん、玉葱、 こまつな | 597 kcal 24.7 g 29.0 g |
| 30 木 | あんかけチャーハン | ○ | パンサンデー(棒々鶏ドレ) 焼きドーナツ | 豚肉、牛乳 | 精白米、油、砂糖、ごま油、片栗粉、 春雨、棒々鶏ドレッシング、 焼きドーナツ | ねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、 干し椎茸、キャベツ、たけのこ、 はくさい、ほうれんそう、きゅうり | 666 kcal 23.3 g 22.9 g |

4月12日は、川村学園創立記念日です。

川村学園は、4月で102周年を迎えます。会食室では、
4月10日(金)にお祝い献立を提供します。



☆春が旬のたけのこについて☆

たけのこは、土の中に埋まっている竹の若芽を、
掘り出したものです。成長が非常に早いので、生の
たけのこが味わえるのは3月から5月の期間だけです。
新鮮なものは、柔らかくてアクが少ないのが特徴です。
4月21日(火)の会食では、旬のたけのこを使った
『たけのこごはん』を提供します。

ご入学・ご進級おめでとうございます。

今年度も(株)東洋食品が会食を
担当させていただきます。
安全・安心・おいしい会食を皆さまに
届けてまいりますので、どうぞよろしく
お願いいたします。

