

4月予定献立表



食育月目標 「楽しく給食を食べよう」

令和8年度 盲学校・熊本聾学校・熊本はばたき高等支援学校

日	曜日	主食	牛乳	おかず	主な材料			栄養価	
					赤 主に体の組織をつくる	黄 主にエネルギーになる	緑 主に体の調子を整える		
8	水	チキンカレー 	牛乳	トマトミートオムレツ グリーンサラダ	鶏肉,牛乳,たまご,ツナ	米,麦,じゃがいも,油	玉葱,人参,ふなしめじ,にんにく, しょうが,キャベツ,ブロッコリー, きゅうり,コーン,トマト	エネルギー たんぱく質	755 kcal 26.4 g
9	木	麦ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 からあげ 菜焼き	牛乳,木綿豆腐,わかめ, 麦みそ,鶏肉,油揚げ	米,麦,薄力粉,澱粉,油, 上白糖	キャベツ,人参,玉葱,たけのこ,ねぎ, にんにく,しょうが,小松菜	エネルギー たんぱく質	765 kcal 29.5 g
10	金	ミルクパン	牛乳	スパゲティナポリタン 魚のムニエル フレンチサラダ	牛乳,ウィンナー,ホキ	ミルクパン,スパゲティ, 油,上白糖,薄力粉, 有塩バター,オリーブ油	にんにく,玉葱,人参,ピーマン, ふなしめじ,トマト缶,キャベツ, きゅうり,コーン,レモン果汁	エネルギー たんぱく質	731 kcal 32.4 g
13	月	麦ごはん	牛乳	麻婆豆腐 ひじきしゅうまい しめじの中華和え お祝いいちごゼリー	牛乳,木綿豆腐,豚ひき肉, 赤味噌,鶏肉,ひじき, ささみ	米,麦,サラダ油,上白糖, ごま油,澱粉	しょうが,にんにく,ねぎ,玉葱,人参, たけのこ,干し椎茸,ふなしめじ, キャベツ,ほうれん草,もやし,いちご	エネルギー たんぱく質	701 kcal 28.8 g 19.3 2.2
14	火	あげパン	牛乳	野菜のスープ煮 ボークピカタ ブロッコリーサラダ	きなこと,牛乳,鶏肉,ツナ 豚ロース,たまご	コッパン,油,上白糖, じゃがいも,薄力粉	人参,ふなしめじ,玉葱,白菜, ブロッコリー,パセリ	エネルギー たんぱく質	730 kcal 34.0 g
15	水	山菜おこわ	牛乳	豚汁 鶏の照り焼き 野菜のごま酢和え	鶏肉,牛乳,豚肉,木綿豆腐, 麦みそ,鶏肉,ささみ	米,もち米,ごま油,三温糖, さといも,上白糖, すりごま	きくらげ,人参,大根,ごぼう, 板こんにゃく,ねぎ,しょうが, キャベツ,きゅうり,山菜水煮	エネルギー たんぱく質	738 kcal 33.3 g
16	木	セルフフィッシュバーガー 学ぼう防災献立の日	牛乳	給食カレー コールスローサラダ	ホキ,牛乳,チーズ	丸パン,米,大豆白絞油, 上白糖,オリーブ油, パン粉,小麦粉,澱粉	コーン,トマト,玉葱,じゃがいも, にんじん,たまねぎ,ふなしめじ, キャベツ,人参,玉葱,パセリ	エネルギー たんぱく質	756 kcal 22.0 g
17	金	南関あげ丼 ふるさと くまさんデー in玉名	牛乳	ひじきと野菜の豆腐揚げ きゅうりとわかめの酢の物	南関あげ,鶏肉,たまご, 牛乳,わかめ,ひじき オーシャンキング, 魚肉すり身	米,麦,澱粉,三温糖, 上白糖,いりごま	枝豆,玉葱,人参,小松菜カット, きゅうり	エネルギー たんぱく質	723 kcal 29.6 g
20	月	麦ごはん	牛乳	卵の中華スープ 肉団子の甘酢あんかけ 小松菜のナムル	牛乳,たまご,豚肉 オーシャンキング,鶏肉	米,麦,ごま油,澱粉, 上白糖,いりごま,パン粉, 澱粉	きくらげ,玉葱,人参,えのきたけ, チンゲンサイ,たけのこ,ピーマン, にんにく,小松菜,もやし	エネルギー たんぱく質	717 kcal 27.0 g
21	火	パインパン	牛乳	コーンクリームスープ ペンネミートソース キャベツと枝豆のサラダ	牛乳,鶏肉,豚ひき肉, 牛ひき肉,ロースハム	パインパン,じゃがいも, 米粉,有塩バター,油, マカロニ,上白糖, オリーブ油	どうもろこし,人参,玉葱,パセリ, にんにく,トマト缶,キャベツ, きゅうり,枝豆	エネルギー たんぱく質	702 kcal 28.0 g
22	水	麦ごはん	牛乳	若竹汁 さばのカレー粉揚げ 白和え	牛乳,わかめ,木綿豆腐, 米みそ	米,麦,澱粉,薄力粉,油, こんにゃく,いりごま, 上白糖	たけのこ,えのきたけ,人参, ほうれんそう	エネルギー たんぱく質	727 kcal 27.2 g
23	木	タコライス 全国味めぐり in沖縄	牛乳	アーサー汁 シークワサーゼリー	牛ひき肉,豚ひき肉, 蒸し挽き割り大豆, チーズ,牛乳,あおさ, 木綿豆腐	米,麦,サラダ油,三温糖, オリーブ油,上白糖	玉葱,人参,にんにく,トマトピューレ, キャベツ,トマト,レモン果汁, えのきたけ,ねぎ,シークワサー	エネルギー たんぱく質	708 kcal 28.5 g
24	金	食パンと マーシャルピーンズ	牛乳	トマトスープ 鶏とレバーのレモン和え じゃこナッツサラダ	牛乳,鶏肉,レバー, ちりめん,わかめ,チーズ	食パン,サラダ油,澱粉, 薄力粉,油,上白糖, カシューナッツ, マーシャルピーンズ	人参,玉葱,キャベツ,枝豆,にんにく, マッシュルーム,トマト缶,パセリ, しょうが,レモン果汁,きゅうり	エネルギー たんぱく質	725 kcal 36.6 g
27	月	麦ごはん	牛乳	肉じゃが 厚焼きたまご 春雨の酢の物	牛乳,牛肉,豚肉,たまご さつま揚げ	米,麦,じゃがいも,油, 上白糖,緑豆はるさめ, いりごま	玉葱,人参,いんげん,系こんにゃく, きくらげ,きゅうり	エネルギー たんぱく質	706 kcal 25.6 g
28	火	ミルクパン	牛乳	かぼちゃのポタージュ いわしのトマト煮 野菜のマリネ	牛乳,生クリーム,いわし	ミルクパン,米粉,上白糖, 有塩バター,オリーブ油	かぼちゃ,人参,玉葱,パセリ,キャベツ, きゅうり,レモン果汁,トマト	エネルギー たんぱく質	713 kcal 31.0 g
30	木	麦ごはん	牛乳	八宝菜 ミニ春巻き 中華サラダ	牛乳,豚肉,うすら卵, かまぼこ,わかめ	米,麦,澱粉,ごま油,油, カシューナッツ,上白糖, はるさめ,澱粉,小麦粉, 米粉	白菜,玉葱,ねぎ,人参,きくらげ, 干し椎茸,たけのこ,チンゲンサイ, しょうが,きゅうり,キャベツ	エネルギー たんぱく質	770 kcal 22.2 g

※献立は変更される場合があります。

盲学校調理場で安全安心な給食を作ります！



盲学校調理場では、盲学校、熊本聾学校、熊本はばたき高等支援学校の学校給食を作っています。栄養バランスはもちろん、毎月19日の食育の日の前後に実施するふるさとくまさんデー（熊本の特産品・郷土料理の紹介）や旬の食べ物や県産食材を献立に取り入れながら、みなさんに楽しくおいしい給食を食べてもらえるよう、安全安心な給食を心を込めて作ります！さらに、今年度は「全国味めぐり」として、日本各地の郷土料理や特産品を使った献立を月に1回予定しています。4月の九州地方からスタートです！1年間、よろしく願いいたします。

