

令和8年

4月

はやおき・あいさつ・あさごはん

こんだて

にしごう
マクロビ!ウェンズデー

西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
6日 入学式 	7日 入学進級お祝い献立 さくらゼリー コーンサラダ チキンカレーライス	8日 さくらゼリー(幼・西一中のみ) おかが和え いわしの梅煮 雑穀ごはん お麩のみそ汁	9日 えだまめサラダ 花型ハンバーグ和風きのこソース コッペパン マカロニスープ	10日 ごぼうサラダ 三色そばろごはん わかめのみそ汁
お休みの学校 →	幼稚園・西一中	幼稚園(慣らし)	幼稚園(慣らし)・川谷中	幼稚園(慣らし)
13日 しょうが和え たれ付き肉団子 黒米ごはん 厚揚げのみそ汁	14日 茎わかめの炒め物 鮭の塩焼き 麦ごはん 小松菜のみそ汁	15日 ごま酢和え さばのみそ煮 麦ごはん たまねぎのみそ汁	16日 いちごゼリー わかめと大根のサラダ みそラーメン 中華麺	17日 ゆかり和え メンチカツ・パックソース 麦ごはん けんちん汁
幼稚園	幼稚園	幼稚園	幼稚園(慣らし)	幼稚園(慣らし) 熊倉小・羽太小
20日 いそべ和え カツオカツ 麦ごはん 豆腐のみそ汁	21日 ナムル しゅうまい 麦ごはん 五目スープ	22日 にこにこまめ(黒糖) きんぴらごぼう あじの塩焼き 雑穀ごはん ジャがいものみそ汁	23日 フレンチサラダ オムレツ にこにこパン コンソメスープ	24日 おひたし 豚肉の生姜焼き 黒米ごはん 大根のみそ汁
幼稚園	幼稚園			
27日 塩昆布和え 鶏肉の照り焼き 麦ごはん 油揚げのみそ汁	28日 浅漬け 豚丼 かぶのみそ汁	29日 昭和の日 	30日 ツナサラダ ポロニアカツ コッペパン 豆乳スープ	
幼稚園	幼稚園		西二中	

給食の正しい配膳



★塩昆布和え★

レシピは [こちら!](#) (村HPへリンクします)

QRコードからも確認できます



令和8年4月



毎月19日は食育の日です！

西郷村学校給食センター

日	曜	給食が お休みの 学校	献立名	かみ かみ	血や肉・骨になる		体の調子を整えるもとになる				熱や力のもとになる		調味料	家で 食べて ほしい 食品	栄養価	
					あか		みどり				きいろ				小学校	中学校
7	火	幼稚園 西一中	チキンカレーライス コーンサラダ さくらゼリー	牛乳	鶏肉		にんにく しょうが たまねぎ にんじん とうもろこし	しょうが キャベツ きゅうり				ごはん 米油 じゃがいも さくらゼリー	カレールーウ チャツネ 中濃ソース クッキングワイン ドレッシング	豆製品	648	699
8	水	幼稚園(慣らし)	雑穀ごはん いわしの梅煮 おなか和え お麩のみそ汁	牛乳 さくらゼリー(幼・西一中のみ)	いわしの梅煮		ほうれんそう ごきんぎょう	はくさい もやし ねぎ	にんじん			雑穀ごはん じゃがいも 麩	かつお節 濃口醤油 みそ かつおだし	乳製品	540	600
9	木	幼稚園(慣らし) 川谷中	コッペパン 花型ハンバーグ和風きのこソース えだまめサラダ マカロニスープ	牛乳	花型ハンバーグ チキンハム		たまねぎ キャベツ	しめじ えだまめ にんじん	ブロッコリー ほうれんそう			コッペパン 片栗粉 米油 マカロニ	三温糖 清酒 みりん 濃口醤油 穀物酢 食塩 こしょう コンソメ	いも類	656	756
10	金	幼稚園(慣らし)	三色そぼろごはん ごぼうサラダ わかめのみそ汁	牛乳	鶏肉 豆腐	炒り卵 わかめ	しょうが キャベツ	グリーンピース ねぎ	ごぼう にんじん			ごはん じゃがいも	三温糖 濃口醤油 みりん ドレッシング みそ かつおだし	くだもの	671	786
13	月	幼稚園	黒米ごはん たれ付き肉団子 しょうが和え 厚揚げのみそ汁	牛乳	たれ付き肉団子 厚揚げ		ほうれんそう しょうが	キャベツ ねぎ	もやし いんげん	にんじん		黒米ごはん じゃがいも	濃口醤油 みそ かつおだし	小魚	581	655
14	火	幼稚園	麦ごはん 鮭の塩焼き 茎わかめの炒め物 小松菜のみそ汁	牛乳	鮭 豚肉	茎わかめ さつま揚げ	にんじん	こんにゃく こまつな ねぎ				麦ごはん ごま油 いりごま じゃがいも 麩	三温糖 みりん 清酒 濃口醤油 かつおだし みそ	くだもの	631	715
15	水	幼稚園	麦ごはん さばのみそ煮 ごま酢和え たまねぎのみそ汁	牛乳	さばのみそ煮 油揚げ		もやし たまねぎ	にんじん いんげん	とうもろこし ごきんぎょう			麦ごはん ごま油 いりごま	濃口醤油 三温糖 穀物酢 みそ かつおだし	いも類	638	764
16	木	幼稚園(慣らし)	みそラーメン わかめと大根のサラダ いちごゼリー	牛乳	豚肉 わかめ	ソフトチキン水菜	しょうが にんじん ねぎ	にんにく ほうれんそう だいこん	キャベツ たけのこ きゅうり	もやし とうもろこし		中華麺 米油 ごま油 いりごま いちごゼリー	鰹節油 豆板醤 薄口醤油 穀物酢 きび砂糖	豆製品	510	575
17	金	幼稚園(慣らし) 熊倉小 羽太小	麦ごはん メンチカツ・パックスソース ゆかり和え けんちん汁	牛乳	メンチカツ 豆腐		キャベツ だいこん	きゅうり はくさい ねぎ	にんじん ごぼう	こんにゃく		麦ごはん 米油 さといも ごま油	パックスソース ゆかり 食塩 みそ 濃口醤油 かつおだし	乳製品	632	728
20	月	幼稚園	麦ごはん カツオカツ いそべ和え 豆腐のみそ汁	牛乳	カツオカツ 焼きのり 豆腐 わかめ		ほうれんそう ねぎ	キャベツ	もやし にんじん			麦ごはん 米油	濃口醤油 みそ かつおだし	きのこ	617	689
21	火	幼稚園	麦ごはん しゅうまい ナムル 五目スープ	牛乳	しゅうまい 鶏肉		こまつな たけのこ	にんじん しいたけ	もやし ねぎ	しょうが		麦ごはん ごま油 いりごま	薄口醤油 中華スープの素 清酒 食塩 こしょう	小魚	563	688
22	水		雑穀ごはん あじの塩焼き きんぴらごぼう じゃがいものみそ汁	牛乳 にこにこまめ(黒糖)	あじ 豚肉 わかめ	油揚げ	ごぼう しいたけ	にんじん だいこん	こんにゃく ねぎ	インゲン		雑穀ごはん 米油 いりごま ごま油 じゃがいも	濃口醤油 三温糖 みりん みそ かつおだし	くだもの	652	811
23	木		にこにこパン オムレツ フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳	オムレツ ツナフレーク ベーコン		キャベツ はくさい	きゅうり とうもろこし	たまねぎ にんじん			にこにこパン じゃがいも 米油	穀物酢 食塩 こしょう コンソメ きび砂糖	海藻	541	665
24	金		黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き おひたし 大根のみそ汁	牛乳	豚肉 豆腐		しょうが にんじん	はくさい だいこん	もやし ねぎ	ほうれんそう ごきんぎょう		黒米ごはん	濃口醤油 みりん 薄口醤油 清酒 みそ かつおだし	いも類	585	658
27	月	幼稚園	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 塩昆布和え 油揚げのみそ汁	牛乳	鶏肉 油揚げ		キャベツ しょうが	だいこん たまねぎ	きゅうり にんじん			麦ごはん ごま油 じゃがいも	濃口醤油 みりん 三温糖 みそ 塩昆布 かつおだし	乳製品	615	707
28	火	幼稚園	豚丼 浅漬け かぶのみそ汁	牛乳	豚肉		しょうが キャベツ	たまねぎ にんじん	しらたき かぶ ねぎ	きゅうり		ごはん じゃがいも 米油	清酒 三温糖 濃口醤油 みりん 食塩 薄口醤油 みそ かつおだし	海藻	563	648
29	水	昭和の日														
30	木	西二中	コッペパン ポロニアカツ ツナサラダ 豆乳スープ	牛乳	ポロニアカツ ツナフレーク		キャベツ はくさい	たまねぎ インゲン	にんじん			コッペパン 米油 じゃがいも	穀物酢 食塩 こしょう 豆乳 ペンチマルウ 食塩	きのこ	633	750

※太字で表記している食材は地場産物の食材です。
 ※都合により、献立や食材が変更になることがありますのでご了承ください。