

日付	種類	
2026/4/13 (月)	A	<p>★八宝菜 (白菜 人参 筍 豚肉 かまぼこ ごま油 でんぶん)</p> <p>★花野菜サラダ (ブロッコリー カリフラワー キャベツ 人参 かつお油漬け 枝豆) ★しょうゆドレッシング</p> <p>★ひじきスパゲッティ (スパゲッティ ひじき ベーコン グリンピース 砂糖 マーガリン 油)</p> <p>★コーンソテー (コーン 人参 油) ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/13 (月)	B	<p>★チキンカツ (チキンカツ 油) ★ソース</p> <p>★花野菜サラダ (ブロッコリー カリフラワー キャベツ 人参 かつお油漬け 枝豆) ★しょうゆドレッシング</p> <p>★ひじきスパゲッティ (スパゲッティ ひじき ベーコン グリンピース 砂糖 マーガリン 油)</p> <p>★コーンソテー (コーン 人参 油) ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/14 (火)	A	<p>★カレイの唐揚げ (カレイ 油) ★ポテトフライ (じゃがいも 油)</p> <p>★高野豆腐煮 (高野豆腐 椎茸 人参 枝豆 砂糖)</p> <p>★春キャベツの野菜炒め (キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン ベーコン でんぶん 油)</p> <p>★しそ昆布 ★ごはん ★牛乳</p> <p>◎まごわやさしい献立 ま：枝豆、ご：ごま、わ：昆布、や：各種野菜、さ：カレイ、し：しいたけ、い：じゃがいも</p>
2026/4/14 (火)	B	<p>★豚肉のうま煮 (豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 豚肉 砂糖)</p> <p>★高野豆腐煮 (高野豆腐 椎茸 人参 枝豆 砂糖)</p> <p>★春キャベツの野菜炒め (キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン ベーコン でんぶん 油)</p> <p>★すりおろしりんごプゼリー</p> <p>★わかめごはん (ごはん わかめ) ★牛乳</p>
2026/4/15 (水)	A	<p>★鶏肉のレモンベッパー焼き (鶏肉 玉ねぎ 黄ピーマン ブロッコリー)</p> <p>★大根の煮物 (大根 豚肉 油揚げ 人参 砂糖)</p> <p>★キャベツサラダ (キャベツ 赤ピーマン 人参 かつお油漬け マヨネーズ)</p> <p>★アセロラゼリー ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/15 (水)	B	<p>★さわらの筍あんかけ (さわら 天ぷら粉 油 筍 玉ねぎ 人参 ピーマン でんぶん しょうが)</p> <p>★大根の煮物 (大根 豚肉 油揚げ 人参 砂糖)</p> <p>★キャベツサラダ (キャベツ 赤ピーマン 人参 かつお油漬け マヨネーズ)</p> <p>★アセロラゼリー ★ごはん ★牛乳</p> <p>◎ふるさと発見ランチ (筍)：桑名産の筍を使った「さわらの筍あんかけ」です。桑名では播磨、深谷、多度地区などで筍がとれます。筍をたくさん収穫するためには、5、6年目の竹を切り、太陽の光が土まで届くようにして土の温度を高くするそうです。また、収穫する前の7月から8月に雨が降ることも大切で、日照りばかりだと土地がやけて、筍の芽が育ちにくくなります。</p>
2026/4/16 (木)	A	<p>★ミートボールのトマトチーズ焼き (肉団子 しめじ チーズ)</p> <p>★ポテトサラダ (じゃがいも きゅうり 人参 ハム マヨネーズ)</p> <p>★小松菜のごま塩昆布和えNEW (小松菜 キャベツ 人参 塩昆布 ごま油 ごま)</p> <p>★きゅうりの漬け物 ★ごはん ★牛乳</p> <p>◎ふるさと発見ランチ (小松菜)：桑名市長島町産の『小松菜』を使用した小松菜のごま塩昆布和えです。小松菜にはカルシウムや鉄分が多く含まれており、とても栄養価の高い野菜です。また、ビタミンCをたっぷり含んでいて、風邪をひかないようにウイルスなどから身体を守る働きを高めてくれます。</p>
2026/4/16 (木)	B	<p>★若鶏の唐揚げ (鶏肉 油)</p> <p>★ポテトサラダ (じゃがいも きゅうり 人参 ハム マヨネーズ)</p> <p>★小松菜のごま塩昆布和えNEW (小松菜 キャベツ 人参 塩昆布 ごま油 ごま)</p> <p>★きゅうりの漬け物 ★ごはん ★牛乳</p> <p>◎ふるさと発見ランチ (小松菜)：桑名市長島町産の『小松菜』を使用した小松菜のごま塩昆布和えです。小松菜にはカルシウムや鉄分が多く含まれており、とても栄養価の高い野菜です。また、ビタミンCをたっぷり含んでいて、風邪をひかないようにウイルスなどから身体を守る働きを高めてくれます。</p>
2026/4/17 (金)	A	<p>★白身魚フライ (白身魚フライ 油) ★かにクリームコロッケ (かにクリームコロッケ 油) ★タルタルソース</p> <p>★厚揚げと野菜の煮物 (大根 厚揚げ 人参 枝豆 鶏肉 玉ねぎ 砂糖)</p> <p>★チョレギサラダ (わかめ キャベツ 人参 かにかま ごま油 チョレギサラダドレッシング)</p> <p>★ほうれん草焼売 ★ごはん ★アシドミルク</p>
2026/4/17 (金)	B	<p>★オムレツ</p> <p>★厚揚げと野菜の煮物 (大根 厚揚げ 人参 枝豆 鶏肉 玉ねぎ 砂糖)</p> <p>★チョレギサラダ (わかめ キャベツ 人参 かにかま ごま油 チョレギサラダドレッシング)</p> <p>★福神漬</p> <p>★ポークカレー (玉ねぎ じゃがいも コーン 豚肉 人参 カレールウ 牛乳)</p> <p>★ごはん ★アシドミルク ※スプーンがつきます</p> <p>◎温カップメニュー：ポークカレー</p>
2026/4/20 (月)	A	<p>★あじフライ (あじフライ 油) ★タルタルソース</p> <p>★青菜の炒め物 (小松菜 しめじ 油揚げ にんにく ごま油)</p> <p>★八珍豆腐 (白菜 人参 チンゲン菜 椎茸 えび 筍 豚肉 豆腐 にんにく しょうが ごま油 でんぶん)</p> <p>★ごま団子 ★ごはん ★牛乳</p>

日付	種類	
2026/4/20 (月)	B	<p>★ルーローファン (豚肉 玉ねぎ 筍 椎茸 しょうが にんにく 砂糖 油) ★青菜の炒め物 (小松菜 しめじ 油揚げ にんにく ごま油) ★八珍豆腐 (白菜 人参 チンゲン菜 椎茸 えび 筍 豚肉 豆腐 にんにく しょうが ごま油 でんぶん) ★ごま団子 ★ごはん ★牛乳 ※スプーンが付きます</p> <p>◎ワールドランチ (台湾) : 世界各国の料理を給食で取り入れたワールドランチを実施しています。20日(月)は、台湾メニューです。台湾料理は、素朴で繊細な味付けの料理が多く、油や塩気も全体に控えめです。 B: ルーローファンとは、台湾でよく食べられている料理です。煮込んだ豚肉を、ごはんにかけて食べます。しょうゆベースで香辛料を用いたタレが、食欲をそそります。 AB: 八珍豆腐とは、豆腐を含めた八種類の具材を使用し、中華味で仕上げたとろみのある料理です。</p>
2026/4/21 (火)	A	<p>★豚肉のネギ塩レモン (豚肉 玉ねぎ もやし 赤ピーマン ねぎ レモン汁 油) ★マカロニサラダ (マカロニ きゅうり かつお油漬け コーン マヨネーズ) ★鶏肉と白菜のトマト煮NEW (白菜 鶏肉 玉ねぎ しめじ トマト水煮 砂糖) ★たくあん ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/21 (火)	B	<p>★白身魚のお好み焼き風 (タラ 天ぷら粉 油 かつお粉 青海苔粉) ★ごまキャベツ (キャベツ ごま) ★マカロニサラダ (マカロニ きゅうり かつお油漬け コーン マヨネーズ) ★鶏肉と白菜のトマト煮NEW (白菜 鶏肉 玉ねぎ しめじ トマト水煮 砂糖) ★プチシュー ★深川ごはん (あさり 鶏肉 しょうが ごはん) ★牛乳</p>
2026/4/22 (水)	A	<p>★味噌カツ (豚カツ 油 味噌) ★まめまめカレー煮 (大豆 枝豆 豚肉 玉ねぎ 砂糖) ★小松菜とあさりのオイスターソース炒め (小松菜 玉ねぎ 白菜 椎茸 あさり 砂糖 ごま油 油) ★味付小魚 ★ごはん ★ジョア (ストロベリー)</p>
2026/4/22 (水)	B	<p>★ハンバーグ (ハンバーグ 油) ★まめまめカレー煮 (大豆 枝豆 豚肉 玉ねぎ 砂糖) ★小松菜とあさりのオイスターソース炒め (小松菜 玉ねぎ 白菜 椎茸 あさり 砂糖 ごま油 油) ★味付小魚 ★キャベツのクリームスープNEW (玉ねぎ キャベツ 人参 ベーコン クリームシチュールウ マーガリン 牛乳) ★ごはん ★ジョア (ストロベリー)</p> <p>◎骨コツメニュー カルシウムを多く含む食材を取り入れました。大豆、枝豆、小松菜、あさり、小魚にはカルシウムがたっぷり含まれています。</p> <p>◎温カップメニュー：キャベツのクリームスープ</p>
2026/4/23 (木)	A	<p>★鶏の磯辺天ぷら (鶏肉 天ぷら粉 青海苔粉 油) ★天つゆ ★切干大根のサラダ (切干大根 枝豆 人参 かつお油漬け きゅうり 青じそクリームドレッシング) ★きのこのバターしょうゆ炒め (しめじ えのきたけ 椎茸 キャベツ 玉ねぎ 鶏肉 砂糖 油) ★ごまひじき ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/23 (木)	B	<p>★ソース焼きそば (焼きそば麺 キャベツ 豚肉 人参 もやし いわし削り節 油) ★切干大根のサラダ (切干大根 枝豆 人参 かつお油漬け きゅうり 青じそクリームドレッシング) ★きのこのバターしょうゆ炒め (しめじ えのきたけ 椎茸 キャベツ 玉ねぎ 鶏肉 砂糖 油) ★カスタードプチケーキ ★コッペパン ★牛乳</p>
2026/4/24 (金)	A	<p>★ピピンバ (豚肉 ほうれん草 大豆もやし 人参 にんにく しょうが 豆味噌 砂糖 ごま油) ★海藻サラダ (わかめ 人参 きゅうり コーン かにかま) ★中華ドレッシング ★プリン ★豆腐焼売 ★ごはん ★牛乳 ※スプーンが付きます</p>
2026/4/24 (金)	B	<p>★チキチキごぼう (鶏肉 天ぷら粉 でんぶん 油 ごぼう 砂糖 ごま) ★海藻サラダ (わかめ 人参 きゅうり コーン かにかま) ★中華ドレッシング ★プリン ★しば漬け ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/27 (月)	A	<p>★ハムカツ (ハムカツ 油) ★ソース ★豚肉とさつまいものごま味噌炒め (豚肉 さつまいも 玉ねぎ 白菜 人参 ごま 豆味噌 砂糖 油) ★大豆のサラダ (大豆 コーン 人参 かつお油漬け 枝豆) ★サウザンアイランドドレッシング ★焼売 ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/27 (月)	B	<p>★ひじきそばろ (豚肉 人参 玉ねぎ 枝豆 炒り玉子 ひじき にんにく しょうが 砂糖 油) ★豚肉とさつまいものごま味噌炒め (豚肉 さつまいも 玉ねぎ 白菜 人参 ごま 豆味噌 砂糖 油) ★大豆のサラダ (大豆 コーン 人参 かつお油漬け 枝豆) ★サウザンアイランドドレッシング ★焼売 ★ごはん ★牛乳 ※スプーンが付きます</p>
2026/4/28 (火)	A	<p>★豚肉の柳川風 (豚肉 玉ねぎ ごぼう 人参 椎茸 高野豆腐 卵 砂糖 でんぶん) ★切干大根のハリハリ漬け (切干大根 きゅうり 人参 砂糖) ★根菜チップス (蓮根 天ぷら粉 でんぶん 油 ごぼう 砂糖 ごま ちりめん) ★杏仁豆腐 ★ごはん ★牛乳</p>
2026/4/28 (火)	B	<p>★鶏肉の味噌チーズ焼き (鶏肉 玉ねぎ 味噌 チーズ) ★切干大根のハリハリ漬け (切干大根 きゅうり 人参 砂糖) ★根菜チップス (蓮根 天ぷら粉 でんぶん 油 ごぼう 砂糖 ごま ちりめん) ★杏仁豆腐 ★ごはん ★牛乳</p>

日付	種類	
2026/4/30 (木)	A	★さばの塩焼き ★赤じそキャベツ (キャベツ 赤じそ粉) ★にんじんしりしり (人参 えのきたけ かつお油漬け 炒り玉子 いわし削り節 砂糖 油) ★小魚入りナムル (わかめ ベーコン しらす干し もやし ナムルドレッシング) ★チーズ ★ごはん ★牛乳
2026/4/30 (木)	B	★鶏肉と蓮根のレモン風味揚げ (鶏肉 天ぷら粉 でんぶん 油 蓮根 砂糖 レモン汁) ★にんじんしりしり (人参 えのきたけ かつお油漬け 炒り玉子 いわし削り節 砂糖 油) ★小魚入りナムル (わかめ ベーコン しらす干し もやし ナムルドレッシング) ★チーズ ★ごはん ★牛乳