小学校給食予定献立表

令和8年（2026年）4月　（A献立）

義務教育学校（前期課程）含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ
(6843)−9101　学校給食課
(6151)−4107　原田南学校給食センター
(6152)−9501　走井学校給食センター

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞
○小麦粉・卵・牛乳に表記
▲当月分の「小学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品
●当年度分の「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

栄養三色□
■赤・・・からだをつくる食品
■黄・・・熱や力のもとになる食品
■緑・・・からだの調子を整える食品

材料および献立名は都合により変わることがあります。

4月10日（金）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
ごはん	● こめ	70	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
わかたけじる	とりにく	15	赤
	▲ さくらがたかまぼこ	10	赤
	にんじん	10	緑
	▲ たけのこ(水煮)	15	緑
	みつば	5	緑
	● わかめ	0.5	赤
	● だしパック	2	
	● しょうゆ	1.5	
	しお	0.45	
	なたねあぶら	0.1	黄
(揚)ひとくちいかてんぷら	▲ ひとくちいかてんぷら	50	赤
	なたねあぶら	7.5	黄
プチプチサラダ	● ハム	10	赤
	▲ かいそうはるさめ	15	
	にんじん	5	緑
	とうもろこし	5	緑
	▲ むきえだまめ(大豆)	5	緑
	● しおちゅうかドレッシング	5	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	577	25.5	19.0	1.9	269	73	1.0	202	0.31	0.43	5	2.1

4月13日（月）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
ごはん	● こめ	70	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
とうふのみそしる	● とうふ	25	赤
	● うすあげ	3	赤
	にんじん	10	緑
	たまねぎ	20	緑
	あおねぎ	5	緑
	だしこんぶ	0.2	
	● だしパック	2	
	● みそ	7.5	赤
(焼)とりにくのてりやき	とりにく	60	赤
	● みりん	0.8	
	さとう	1	黄
	● しょうゆ	1.5	
	● でんぷん	0.3	黄
にんじんシリシリ	● まぐろ(レトルト)	15	赤
	にんじん	25	緑
	● さけ(酒)	1	
	● みりん	1	
	● しょうゆ	0.6	
	しお	0.05	
	こしょう	0.015	
	なたねあぶら	0.1	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	591	29.3	20.1	1.6	286	91	2.1	352	0.26	0.47	10	2.5

4月14日（火）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
コッペパン	● コッペパン	1こ	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
ラビオリスープ	ぶたにく	5	赤
	▲ ラビオリ	15	黄
	にんじん	5	緑
	たまねぎ	25	緑
	エリンギ	5	緑
	チンゲンサイ	10	緑
	● ポークスープ	8	
	● しょうゆ	1.6	
	しお	0.5	
	こしょう	0.025	
	なたねあぶら	0.1	黄
にくだんごのあまずあんかけ	▲ にくだんご(フライずみ)	50	赤
	さとう	2	黄
	● す	2	
	● しょうゆ	2	
	● でんぷん	0.3	黄
ツナのカレーいため	● まぐろ(レトルト)	15	赤
	にんじん	5	緑
	たまねぎ	25	緑
	とうもろこし	5	緑
	● さっきんカレーこ	0.25	
	● トマトケチャップ	4	
	● ウスターソース	1.5	
	しお	0.05	
	なたねあぶら	0.1	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	561	26.6	19.6	3.0	393	93	10.4	174	0.30	0.47	11	3.6

4月15日（水）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
げんまいいりごはん	● こめ	63	黄
	げんまい	7	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ぽん	赤
こめこポークカレーライス	ぶたにく	20	赤
	にんじん	20	緑
	たまねぎ	60	緑
	じゃがいも	50	黄
	つちしょうが	0.5	緑
	おろしにんにく	0.3	緑
	● ソテードオニオン	3	緑
	● おろしりんご	5	緑
	● ポークスープ	10	
	● チャツネ	5	黄
	こめこ	4	黄
	● さっきんカレーこ	0.3	
	ターメリック	0.15	
	● トマトケチャップ	4	
	● あかワイン	1	
	● ウスターソース	1	
	● とんかつソース	1	
	● しょうゆ	2.5	
	しお	0.8	
	こしょう	0.025	
	なたねあぶら	0.1	黄
(揚)しろみざかなのフリッター	▲ しろみざかなのフリッター	50	赤
	なたねあぶら	7.5	黄
フルーツゼリーミックス	▲ なしゼリー(角切り)	30	黄
	▲ みかんゼリー(角切り)	30	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	745	23.0	25.9	1.9	295	83	3.0	241	0.42	0.46	33	7.4

4月16日（木）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
コッペパン1こ	● コッペパン	1こ	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
こめこマカロニナポリタン	● パラペーコン	15	赤
	▲ こめこマカロニ	12	黄
	にんじん	10	緑
	たまねぎ	60	緑
	ピーマン	5	緑
	エリンギ	5	緑
	おろしにんにく	0.3	緑
	● トマトソース	18	
	● トマトケチャップ	10	
	● あかワイン	1	
	● ウスターソース	1	
	さとう	0.05	黄
	こしょう	0.025	
	オリーブあぶら	1	黄
(焼)ハートハンバーグ	▲ ハートハンバーグ	1こ	赤
みかんゼリー	▲ みかんゼリー	1こ	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	625	22.4	22.0	2.2	417	68	6.4	165	0.32	0.47	19	4.4

4月17日（金）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
ごはん	● こめ	70	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
ぶたじゃが	ぶたにく	20	赤
	● ねじりこんにゃく	20	
	じゃがいも	50	黄
	にんじん	20	緑
	たまねぎ	40	緑
	さんどまめ	5	緑
	● さけ(酒)	1	
	さとう	2.5	黄
	● しょうゆ	5.5	
	なたねあぶら	0.1	黄
(焼)じゃこてん	▲ じゃこてん	1こ	赤
キャベツとささみのごまずあえ	● ささみ(レトルト)	10	赤
	もやし	5	緑
	キャベツ	25	緑
	しろすりごま	1.5	黄
	さとう	1.5	黄
	● す	1.5	
	● しょうゆ	2	
	● ごまあぶら	0.2	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	587	25.8	15.7	2.2	316	76	1.4	224	0.42	0.42	30	8.2

4月20日（月）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
ごはん	● こめ	70	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
にくすい	ぎゅうにく	20	赤
	● うすあげ	3	赤
	● わかめ	0.5	赤
	たまねぎ	30	緑
	あおねぎ	5	緑
	● だしパック	2.5	
	● さけ(酒)	0.5	
	さとう	1	黄
	● しょうゆ	0.5	
	しお	0.1	
	なたねあぶら	0.1	黄
	● みりん	0.9	
	● しょうゆ	0.4	
	しお	0.6	
(揚)ごぼうのミンチカツ	▲ ごぼうのミンチカツ	1こ	赤
	なたねあぶら	6	黄
たけのこのおかかに	とりにく	15	赤
	● ねじりこんにゃく	5	
	にんじん	5	緑
	▲ たけのこ(水煮)	10	緑
	さんどまめ	5	緑
	● みりん	1.5	
	さとう	1.5	黄
	● しょうゆ	2	
	かつおぶし	0.5	赤
	なたねあぶら	0.1	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	637	24.4	24.3	1.8	410	75	4.9	127	0.26	0.43	6	3.5

4月21日（火）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
コッペパン1こ	● コッペパン	1こ	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ほん	赤
パンプキンスープ	とりにく	15	赤
	にんじん	20	緑
	たまねぎ	40	緑
	かぼちゃペースト	25	緑
	● チキンスープ	8	
	こめこ	1.5	黄
	○ ぎゅうにゅう	20	赤
	● なまクリーム	1	黄
	しお	0.7	
	こしょう	0.025	
	なたねあぶら	0.1	黄
(揚)こめこヒレカツ	▲ こめこヒレカツ	1こ	赤
	なたねあぶら	6	黄
スパゲティボンゴレ	▲ あさり	10	赤
	● パラペーコン	15	赤
	● スパゲティ	10	黄
	たまねぎ	5	緑
	ブラウンマッシュルーム	5	緑
	おろしにんにく	0.2	緑
	● しょうゆ	1	
	● しろワイン	0.5	
	オリーブあぶら	0.2	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	641	29.4	25.6	2.4	319	79	1.5	316	0.63	0.57	14	4.4

4月22日（水）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
ごはん	● こめ	70	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ぽん	赤
ぶたじる	ぶたにく	15	赤
	● いたこんにゃく	5	
	じゃがいも	20	黄
	にんじん	5	緑
	たまねぎ	10	緑
	あおねぎ	5	緑
	● にぼしこ	0.4	赤
	● みそ	7.5	赤
	なたねあぶら	0.1	黄
(焼)おこのみやき(ソース クラス1本)	▲ おこのみやき	1こ	黄
	● ちゅうかうソース(クラス1本)	4	
きりぼしだいこんのサラダ	● まぐろ(レトルト)	5	赤
	きりぼしだいこん	4	緑
	にんじん	10	緑
	とうもろこし	5	緑
	さとう	0.7	黄
	● す	0.8	
	● しょうゆ	1.5	
	● マヨネーズふうドレッシング	5	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	588	18.7	19.7	1.9	289	67	1.5	192	0.33	0.42	20	5.2

4月23日（木）

献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
こめこうにゅうパン1こ	● こめこうにゅうパン	1こ	黄
ぎゅうにゅう	○ ぎゅうにゅう	1ぽん	赤
チンゲンサイともぐさのスープ	ぶたにく	15	赤
	にんじん	10	緑
	たまねぎ	15	緑
	チンゲンサイ	15	緑
	つちしょうが	0.3	緑
	おろしにんにく	0.2	緑
	かんそうもずく	0.5	赤
	● ポークスープ	5	
	● しょうゆ	1.6	
	しお	0.6	
	こしょう	0.025	
	なたねあぶら	0.1	黄
(焼)チキンのチーズオーブンやき	▲ チキンのチーズオーブンやき	1きれ	赤
ツナポテトサラダ	● まぐろ(レトルト)	10	赤
	にんじん	5	緑
	じゃがいも	30	黄
	さとう	0.3	黄
	● す	0.3	
	しお	0.05	
	● マヨネーズふうドレッシング	5	黄

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン A	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物繊維
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
	602	29.1	27.1	2.4	283	60	2.2	221	0.33	0.44	18	4.6

小学校給食予定献立表

令和8年（2026年）4月　（A献立）

義務教育学校（前期課程）含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ
（6843）-9101　学校給食課
（6151）-4107　原田南学校給食センター
（6152）-9501　走井学校給食センター

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞
○小麦粉・卵・牛乳に表記
▲当月分の「小学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品
●当年度分の「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

栄養三色□
■赤・・・からだをつくる食品
■黄・・・熱や力のもとになる食品
■緑・・・からだの調子を整える食品

材料および献立名は都合により変わることがあります。

実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
4月24日（金）	ごはん	●こめ	70	黄
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤
	しおこうじスープ	ぶたにく	15	赤
		にんじん	10	緑
		たまねぎ	20	緑
		しめじ	5	緑
		キャベツ	15	緑
		●ポークスープ	5	
		つちしょうが	0.3	緑
		●しょうゆ	1.6	
		●しおこうじ	6	
		しお	0.05	
		なたねあぶら	0.1	黄
	（揚）ぎょうざ	▲ポークぎょうざ	2こ	赤
		なたねあぶら	4	黄
	チンジャオロース	ぎゅうにく	20	赤
		にんじん	5	緑
		たまねぎ	10	緑
		ピーマン	8	緑
		▲たけのこ（水煮）	10	緑
		つちしょうが	0.5	緑
		おろしにんにく	0.2	緑
		●でんぷん	0.1	黄
		●さけ（酒）	1	
		さとう	1.5	黄
		●しょうゆ	2	
		しお	0.05	
		こしょう	0.015	
		なたねあぶら	0.1	黄

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
	603	21.5	22.4	1.8	261	59	1.2	194	0.38	0.42	19	2.8

実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
4月27日（月）	ごはん	●こめ	70	黄
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤
	とりすきに	とりにく	20	赤
		●やきどうふ	30	赤
		▲やきふ	2	黄
		●つきこんにゃく	20	
		にんじん	10	緑
		たまねぎ	30	緑
		はくさい	35	緑
		しろねぎ	8	緑
		●さけ（酒）	1	
		さとう	2.5	黄
		●しょうゆ	5	
		なたねあぶら	0.1	黄
	（揚）さかなすりみカツ	▲さかなすりみカツ	1こ	赤
		なたねあぶら	7.5	黄
	くきわかめのサラダ	●ハム	10	赤
		にんじん	5	緑
		くきわかめ（冷凍）	10	赤
		もやし	20	緑
		●わふうドレッシング	7	黄

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
	650	25.7	22.2	1.8	389	93	4.2	210	0.34	0.42	20	3.9

実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
4月28日（火）	ロールパン2こ	●ロールパン2こ	1しょく	黄
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤
	ミルククリーム	●ミルククリーム	1ふくろ	黄
	ウインナーとレタスのスープ	●ウインナーソーセージ	10	赤
		にんじん	10	緑
		たまねぎ	25	緑
		レタス	20	緑
		●ポークスープ	5	
		●しょうゆ	1.6	
		しお	0.6	
		こしょう	0.025	
		なたねあぶら	0.1	黄
	（焼）カップもたべられるグラタン	▲カップグラタン（トマト）	1こ	黄
	ミニやきそば	ぶたにく	8	赤
		●ちくわ	4	赤
		●そくせきそば	10	黄
		にんじん	5	緑
		たまねぎ	15	緑
		キャベツ	20	緑
		もやし	8	緑
		●ウスターソース	2	
		●とんかつソース	2	
		しお	0.05	
		こしょう	0.015	
		なたねあぶら	0.1	黄

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
	752	21.1	39.0	2.7	447	64	5.8	191	0.36	0.49	21	5.7

実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
4月30日（木）	こくとうパン1こ	●こくとうパン	1こ	黄
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤
	キャロットスープ	とりにく	10	赤
		じゃがいも	30	黄
		にんじん	10	緑
		たまねぎ	25	緑
		にんじんペースト	20	緑
		▲むきえだまめ（大豆）	5	緑
		●チキンスープ	8	
		こめこ	2.5	黄
		○ぎゅうにゅう	20	赤
		●なまクリーム	1	黄
		しお	0.8	
		こしょう	0.025	
		なたねあぶら	0.1	黄
	（揚）いかフライ	▲いかフライ	1こ	赤
		なたねあぶら	6	黄
	ツナとブロッコリーのサラダ	●まぐろ（レトルト）	10	赤
		ブロッコリー	30	緑
		とうもろこし	5	緑
		●わふうドレッシング	5	黄

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
	626	26.6	23.4	2.3	337	81	1.4	320	0.29	0.52	31	7.6

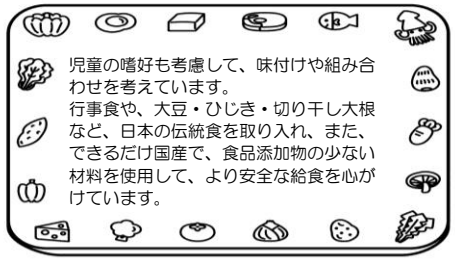
いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。

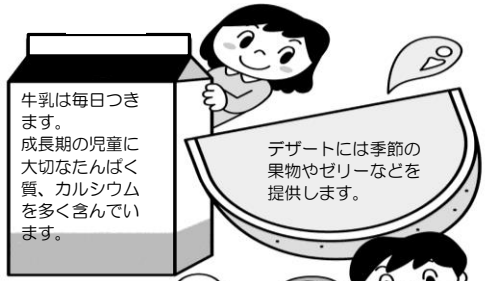
今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

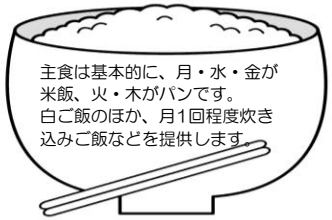
給食の約束

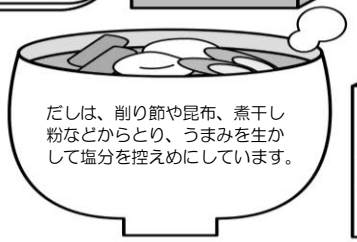
- 毎日、きれいなハンカチを持ってきましょう。
- 食事の前には手をきれいに洗いましょう。
- トレーを使わない学校は、ナフキンを持ってきましょう。
- 毎日、箸を持ってきましょう。
- クラスに掲示するこんだてカレンダーを見て、箸のマークの日は箸を使って食べましょう。
- 正しい姿勢でゆっくりよくかんで食べましょう。
- 給食では、いろいろな食べ物が出ます。苦手なものもあるかもしれませんが、健康な体づくりにはとても大切です。様々な味、食材にチャレンジしましょう。

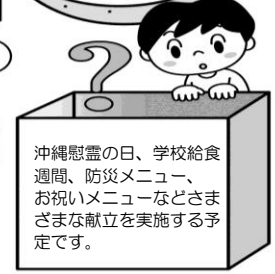
小学校給食の内容について











出典：月刊「学校給食」