



2026年 4月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日 曜	献立名	赤：主に体をつくるものとなる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	3群 (カロテン) 色のこい野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) その他の野菜・きのこ・果物	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
10 金	ごはん					こめ		614	19.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ポークカレー	ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
	はなやさいサラダ	ツナ		ブロッコリー	カリフラワー・キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
13 月	ごはん					こめ		620	24.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりにくのからあげ	とりにく			しょうが・にんにく	でんぷん	あぶら		
	じゃがいものきんぴら	ぶたにく		にんじん さやいんげん		じゃがいも・さとう	あぶら		
	さくらのすましじる	とうふ・かまぼこ		みつば	はくさい・えのきたけ				
14 火	ごはん					こめ		607	25.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さわらのあんかけ	さわら				さとう・でんぷん	あぶら		
	なばなとささみのいためもの	とりにく		なばな・にんじん	とうもろこし		あぶら		
	はるキャベツのみそしる	あぶらあげ・みそ	わかめ	こまつな	たまねぎ・キャベツ・しめじ	さといも			
15 水	ごはん					こめ		609	23.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	マーボードウフ	ぶたにく・とうふ ぶたレバー・みそ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ しょうが・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら		
	ハンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう	ごまあぶら		
16 木	むぎごはん					こめ・おむぎ		602	30.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	おさかなそぼろどん(ぐ)	かんばち・ツナ			えだまめ・しょうが	さとう	あぶら・ごま		
	あかしそあえ			チンゲンサイ あかしそ	もやし				
	かきたまじる	たまご・こうやとうふ		にんじん ほうれんそう	はくさい・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん			
17 金	ミルクロールパン					ミルクロールパン		682	25.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	パンネボロネーゼ	ぶたにく ぶたレバー		にんじん パセリ・トマト	にんにく・たまねぎ	ハヤシルウ・さとう パンネ	あぶら		
	アスパラサラダ	ツナ		アスパラガス	キャベツ・とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ		
	ヨーグルト		ヨーグルト						
20 月	ごはん					こめ		655	23.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
	せんぎりごぼうのあまからに		ちりめんじゃこ	にんじん さやいんげん	ごぼう・こんにゃく	さとう	ごまあぶら		
	ぶたじる	ぶたにく・とうふ みそ			だいこん・しめじ・ねぎ	さといも			
21 火	ごはん					こめ		607	23.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あつやきたまご	たまご				さとう・でんぷん	あぶら		
	いそかあえ		のり	こまつな	もやし	さとう			
	にくじゃが	ぶたにく・ちくわ		にんじん	たまねぎ・しらたき グリーンピース	じゃがいも・さとう	あぶら		

しんを
あじわうひ

た
だ
い
い
は
し
づ
か
い
の
ひ

2026年 4月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

毎月19日は「食育の日」
です。食について家族でも
話し合ってみましょう！



日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
22	水	ごはん					こめ		614	23.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ハンバーグのケチャップソース	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら		
		キャベツソテー	ベーコン		にんじん	キャベツ		あぶら		
		ABCマカロニスープ	とりにく		ブロッコリー	だいこん・たまねぎ	マカロニ・じゃがいも	あぶら		
23	木	ちゅうかめん					ちゅうかめん		637	24.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		しょうゆラーメン (しる)	ぶたにく・なると		チンゲンサイ	もやし・キャベツ・ねぎ		あぶら		
		はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・さとう こむぎこ	ごまあぶら あぶら		
		きりぼしだいこんのちゅうかいため	ハム		にんじん・にら	きりぼしだいこん・にんにく	さとう	ごまあぶら あぶら		
24	金	ごはん					こめ		588	28.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さばのしおやき	さば					あぶら		
		ごもくにまめ	とりにく・だいず	こんぶ	にんじん	ごぼう	さとう	あぶら		
		わかたけじる	とうふ	わかめ	みすな	たけのこ・だいこん・えのきたけ				
27	月	ごはん					こめ		604	19.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		なまあげのヤンニョム	なまあげ			にんにく	さとう・でんぷん	あぶら		
		チャブチェ	ぶたにく		にんじん・こまつな	にんにく・しょうが・もやし	はるさめ・さとう	あぶら ごまあぶら		
		ちゅうかスープ	ハム		チンゲンサイ	たまねぎ・キャベツ たけのこ				
28	火	クロスロールパン					クロスロールパン		709	25.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とりにくとかぼちゃのジンジャーソースがらめ	とりにく		かぼちゃ・パセリ	しょうが	ひよこまめ・さとう でんぷん	あぶら		
		クリームスープ	ベーコン	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
30	木	ごはん					こめ		606	25.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		いわしのうめに	いわし		しそ	うめ	さとう・でんぷん			
		ひじきのいために	とりにく	ひじき	さやいんげん	とうもろこし	さとう	あぶら		
しんたまねぎのごまみそしる	なまあげ・みそ		こまつな にんじん	たまねぎ・えのきたけ	じゃがいも	ごま				

だしを
あじわうひ

「まごわ
やさしい」
こんだて

子どもたちの心身の成長を支えるために、安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食を実施しています。学校給食には、望ましい食習慣を身に付けるための教材としての役割もあります。ぜひ、ご家庭でも給食の話題にふれてみてください。一宮市では、次の「4つの献立」を毎月実施しています。

しゅんをあじわうひ

その時期の旬の食材を味わうことができる献立です。

だしをあじわうひ

かつおぶしやにぼし、こんぶなどからだしをとり、うま味を味わうことができる献立です。

ただしはしづかいひ

切る・はさむ・巻くなど、正しいはしづかいを意識して、食べることができる献立です。

「まごわやさしい」こんだて

まめ・ごま・わかめ(海藻)・野菜・魚・しいたけ(きのこ)・いもがすべてが入った献立です。

学校給食における「くるみ」の取扱いについて

2026年4月から「そば・落花生」に加え「くるみ」も一宮市の学校給食で使用しないこととなりました。

◆お知らせ◆

- 一宮市の給食では「くるみ・そば・落花生」は、使用していません。
- 10日、13日、14日、15日、24日、27日、30日は、「えび・かに・小麦・卵・乳(飲用牛乳を除く)」を含まない献立です。
- 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報については、詳細な献立表をご覧ください。
- 都合により献立が変更になる場合があります。



★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

