

令和8年度 4月 食品群別献立表

愛知県立岡崎高等学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
8	水	牛乳		牛乳				
		キーマカレー	チキン		にんじん	玉ねぎ	米 ジャがいも	油 カレールウ
		キャベツスープ	チキン ミックスビーンズ			キャベツ		
9	木	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		チキンと玉子の和風炒め	チキン たまご		にんじん こまつな	玉ねぎ キャベツ たけのこ		油
		みそ汁	とうふ みそ	わかめ		しめじ		
10	金	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		四川風厚あげのそぼろ煮	チキン 厚あげ みそ		ほうれん草 にんじん	大根 玉ねぎ	さとう	油
		★チキンボールスープ	チキンボール		チンゲンサイ	えのきたけ		
13	月	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		鶏肉と切干のうま煮	チキン		にんじん	玉ねぎ 切干大根 えだ豆	さとう でんぶん	油
		みそ汁	油あげ みそ	わかめ		キャベツ		
14	火	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		からあげとポトの甘辛煮	チキン		にんじん ピーマン	玉ねぎ	じゃがいも でんぶん さとう	油
		ゆずサラダ	チキン 大豆		キャベツ		ゆずドレッシング	
15	水	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		カラフルチキンソテー	チキン		にんじん ピーマン	玉ねぎ キャベツ コーン	さとう でんぶん	油
		こまつなのスープ	ポーク		こまつな 水菜			
16	木	牛乳		牛乳				
		ミルクロール					ミルクロール	
		★ハンバーグの煮込みソースがけ	ハンバーグ(ポーク)		にんじん ピーマン	玉ねぎ エリンギ		油
		ビーンズカレースープ	チキン ミックスビーンズ		キャベツ	じゃがいも	油	
17	金	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★さばの八丁みそ煮	さばの八丁みそ煮					
		油あげの干草炒め	油あげ		ほうれん草 にんじん	キャベツ 玉ねぎ えのきたけ	さとう	油
		すまし汁	チキン かまぼこ		ごぼう			
20	月	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		グリルヤンニョムチキン	チキン					ヤンニョムだれ
		ナムル風ソテー	ポーク		にんじん ほうれん草	もやし キャベツ		油
		うずらスープ	うずらたまご		チンゲンサイ	玉ねぎ		
21	火	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		★肉団子のさっぱり炒め	チキンボール		にんじん	キャベツ 玉ねぎ 大根	でんぶん	油
		たぬき汁	みそ		こんにやく ごぼう しめじ		油	
22	水	牛乳 山菜ご飯	油あげ	牛乳	にんじん	山菜水煮	米	
		★レバーつくね	レバーつくね(チキン)					
		★厚焼きたまご	厚焼きたまご					
		みそ汁	みそ		チンゲンサイ	大根	さといも	
23	木	牛乳		牛乳				
		★チキンカツ丼	チキンカツ		こまつな	キャベツ	米	油 ソースかつだれ
		ウインナーポトフ	ポーク ミックスビーンズ		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	油
24	金	牛乳		牛乳				
		ちゃんぽんラーメン	チキン かまぼこ		にんじん ほうれん草	キャベツ もやし	中華めん	油 ちゃんぽんスープ
		★小籠包(しょうろんぼう)	しょうろんぼう(ポーク)					
		青じそサラダ	ツナ 大豆		大根		青じそドレッシング	
27	月	牛乳		牛乳				
		ご飯					米	
		★あじの南蛮がけ	あじフリッター		にんじん ピーマン 赤パプリカ	玉ねぎ キャベツ えだ豆		油 南蛮だれ
		中華スープ	厚あげ		チンゲンサイ	大根		
28	火	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		チキンのしょうが焼き	チキン			しょうが		
		ごごろ根菜煮	ポーク		にんじん	大根	さといも さとう	油
		みそ汁	油あげ みそ		こんにやく ごぼう			
30	木	牛乳 ご飯		牛乳			米	
		★いわしの梅煮	いわしの梅煮					
		和風カレー炒め	チキン		にんじん チンゲンサイ	キャベツ 玉ねぎ		油
		なめこ汁	とうふ みそ		こまつな	なめこ		

1 都合により献立を変更する場合があります。
 2 各料理の調味料やだし等については記載されていません。

3 献立名にある★は加工品を表しています。