明和県央高等学校　　2026年4月メニュー

日	曜日	献立名	食材	アレルギー	E：ｴﾈﾙｷﾞｰ P：ﾀﾝﾊﾟｸ質 F：脂質	アスリート	アスリートアレルギー
4月9日	木	キーマカレー	豚肉　玉葱　ミックスベジタブル　にんにく　しょうが　赤ワイン　ターメリック　クミン　コリアンダー　カレールウ（やまいも）　トマトケチャップ　小麦粉	小麦　大豆	E：989 P：24.6 F：25.9	大盛 ＋プレーンオムレツ	卵　大豆
		スパゲティーサラダ	スパゲティー　玉葱　人参　きゅうり　塩　胡椒　マヨネーズ	小麦　卵　大豆			
		お祝いデザート	水あめ　糖類　いちご　豆乳　砂糖	大豆			
4月10日	金	白身魚フライ和風タルタルソース	タラ　パン粉　小麦粉　でん粉　塩　タルタルソース　しば漬け　らっきょう　キャベツ　紫キャベツ	小麦　卵　大豆	E：1037 P：25.9 F：38.2	大盛 ＋ガーリックチキン	小麦　乳　大豆
		ジャーマンポテト	じゃが芋　ベーコン　玉葱　バター　枝豆　コンソメ　塩　胡椒	小麦　卵　乳　大豆			
		味噌汁	ほうれん草　和風だし　麩味噌	大豆			
4月13日	月	すき焼き風うどん	豚肉　細うどん　長葱　しいたけ　人参　小松菜　白菜　和風だし　醤油　砂糖　酒　みりん	小麦　大豆	E：636 P：20.2 F：11.8	麺大盛＋温泉卵	卵
		季節野菜と炒り卵の甘酢あん	菜の花　たけのこ　人参　キャベツ　もやし　卵　中華甘酢あん	小麦　卵　大豆			
		焼きおにぎり	ごはん　醤油　塩　糖類　かつおぶし　植物油脂　ほたてエキス　こんぶエキス　魚醤	小麦　大豆			
4月14日	火	麻婆豆腐丼	豚肉　木綿豆腐　長葱　にんにく　しょうが　豆板醤　甜麺醤　醤油　酒　砂糖　中華だし　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：858 P：26.5 F：23.0	大盛 ＋厚切りハムカツ （豚　鶏）	小麦　卵　乳　大豆
		海鮮焼売	玉葱　魚肉　豚脂　でん粉　小麦粉　粉末卵白　砂糖　えび　かに　塩　植物性たん白　ほたてエキス　ほたて貝柱　オイスターソース　XO醤　糖類　ラード　チキンエキス　ポークエキス　かにエキス　えびエキス　大豆粉	エビ　カニ 小麦　卵　大豆			
		中華スープ	卵　中華だし　塩　胡椒　醤油	小麦　卵　大豆			
4月15日	水	グリルチキンのトマトソース	鶏肉　塩　胡椒　小麦粉　トマトピューレ　トマトケチャップ　トマト缶　白ワイン　コンソメ　スパゲティー　パセリ粉	小麦　乳　大豆	E：997 P：37.2 F：29.3	大盛 ＋オマール海老入り コロッケ （えび　かに）	エビ　カニ 小麦　卵　乳　大豆
		お豆とポテトのサラダ	枝豆　サラダ豆　ひよこ豆　コーン　玉葱　ポテト　塩　胡椒　マヨネーズ	卵　大豆			
		コンソメスープ	大根　わかめ　コンソメ　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			
4月16日	木	白身魚のパンプキン焼＆イカリングフライ	パサ　味噌　砂糖　みりん　酒　かぼちゃペースト　いか　パン粉　小麦粉　でん粉　塩　キャベツ　紫キャベツ	小麦　大豆	E：862 P：30.4 F：18.5	大盛 ＋ウインナー （鶏　豚　牛）	大豆
		ミートボールのクリーム煮	鶏肉　玉葱　パン粉　卵白　植物性たん白　砂糖　醤油　チキンエキス（ごま）　塩　香辛料　植物油脂　ホワイトソース　牛乳　生クリーム　コンソメ　塩　胡椒	小麦　卵　乳　大豆			
		味噌汁	小松菜　油揚げ　和風だし　麩味噌	大豆			
4月17日	金	豚肉と野菜の塩カルビ丼	豚肉　玉葱　人参　きくらげ　キャベツ　にんにく　レモン汁　中華だし　塩だれ（ごま）　塩　胡椒　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：864 P：20.4 F：29.2	大盛＋ささ身揚げ （のり塩）	小麦　大豆
		ハムとカリフラワーのマヨマスタード和え	ハム　カリフラワー　玉葱　三色ピーマン　粒マスタード　マヨネーズ	卵　乳　大豆			
		中華スープ	白菜　中華だし　醤油　ごま油	小麦　大豆			
4月20日	月	ソースカツ丼	豚肉　パン粉　でん粉　小麦粉　糖類　塩　砂糖　食用油脂　ポークエキス　香辛料　酒　みりん　ウスターソース（りんご）　トマトケチャップ　キャベツ	小麦　乳　大豆	E：983 P：24.3 F：26.0	大盛 ＋ロールキャベツ （豚）	小麦　乳　大豆
		鶏肉根菜煮込み	鶏肉　れんこん　ごぼう　大根　人参　こんにゃく　和風だし　醤油　酒　みりん　ごま油	小麦　大豆			
		味噌汁	木綿豆腐　和風だし　麩味噌	大豆			
4月21日	火	サワラのソテー焦がしバター醤油ソース	サワラ　酒　小麦粉　バター　醤油　レモン汁　塩　胡椒　パセリ粉　ケッパー　スパゲティー　オリーブ油	小麦　乳　大豆	E：833 P：28.6 F：16.4	大盛＋揚げ鶏ポン酢 マヨソース	小麦　卵　大豆
		ブロッコリーとツナのコーン和え	ブロッコリー　ツナ　コーン　玉葱　ごまクリーミードレッシング　塩　胡椒	卵　乳　大豆			
		コンソメスープ	卵　コンソメ　塩　胡椒	小麦　卵　乳　大豆			
4月22日	水	エビフライ	えび　パン粉　小麦粉　塩　植物油脂　貝カルシウム　キャベツ　紫キャベツ	エビ　小麦	E：894 P：22.6 F：23.1	大盛 ＋チーズイン ハンバーグ （鶏　豚）	小麦　卵　乳　大豆
		マカロニサラダ	マカロニ　ミックスベジタブル　玉葱　塩　胡椒　マヨネーズ	小麦　卵　大豆			
		味噌汁	白菜　和風だし　麩味噌	大豆			
4月23日	木	チキンステーキ シャリアピンソース	鶏肉　塩　胡椒　小麦粉　シャリアピンソース（玉葱　醤油　りんご酢　にんにく　ワイン　バター）大根　赤ピーマン　黄ピーマン	小麦　乳　大豆	E：919 P：36.7 F：22.7	大盛 ＋野菜コロッケ	小麦　乳　大豆
		ポテト挽肉のごま味噌和え	じゃが芋　豚肉　玉葱　サラダ豆　ごま　和風だし　合わせ味噌　醤油　砂糖　みりん	小麦　大豆			
		コンソメスープ	ほうれん草　コンソメ　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			
4月24日	金	回鍋肉丼	豚肉　キャベツ　人参　ピーマン　甜麺醤　豆板醤　合わせ味噌　にんにく　しょうが　醤油　砂糖　酒　みりん　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：911 P：24.5 F：25.9	大盛＋餃子 （豚　かきエキス）	小麦　大豆
		春巻き	たけのこ　玉葱　人参　キャベツ　植物性たん白　植物油脂（ごま）　醤油　でん粉　春雨　小麦粉　ショートニング　鶏肉　砂糖　オイスターソース　香辛料　ほたてエキス　しいたけ　糖類　塩	小麦　大豆			
		中華スープ	わかめ　ごま　中華だし　塩　胡椒　ごま油	小麦			
4月27日	月	タラのねぎ味噌焼き＆野菜豆腐ハンバーグ	スケソウタラ　味噌　砂糖　みりん　酒　長葱　玉葱　人参　枝豆　植物性たん白　鶏肉　パン粉　小麦粉　豆腐　牛脂　醤油　酒　しょうが　塩　かつお節エキス	小麦　大豆	E：817 P：28.0 F：16.4	大盛＋蒸し鶏 香味野菜ソース	小麦　大豆
		五品目野菜の塩昆布和え	キャベツ　人参　黄ピーマン　もやし　レタス　塩昆布　昆布つゆ（魚介エキス）	小麦　大豆			
		中華スープ	卵　中華だし　塩　胡椒　ごま油	小麦　卵			
4月28日	火	ヒレカツ	豚肉　植物性たん白　卵白　塩　パン粉　小麦粉　ショートニング　植物油脂　キャベツ　紫キャベツ	小麦　卵　大豆	E：882 P：26.3 F：23.6	大盛 ＋肉団子酢豚風 （鶏　ごま）	小麦　卵　乳　大豆
		青菜とかにかまの中華サラダ	小松菜　かにかま（魚肉）　大根　わかめ　中華だし　醤油　砂糖　オイスターソース　ごま油	カニ　小麦　卵　大豆			
		味噌汁	木綿豆腐　和風だし　麩味噌	大豆			
4月30日	木	スパゲティーミートソース・パン添え	スパゲティー　豚肉　玉葱　小麦粉　にんにく　オリーブ油　コンソメ　トマトピューレ　トマトケチャップ　トマト缶　中濃ソース（りんご）　塩　胡椒　酵母食パン	小麦　乳　大豆	E：717 P：28.4 F：21.4	麺大盛 ＋カレーコロッケ （牛　鶏　豚）	小麦　乳　大豆
		イタリアンチーズサラダ	ブロッコリー　カリフラワー　玉葱　三色ピーマン　人参　粉チーズ　イタリアンドレッシング　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			

ご入学・ご進級おめでとうございます！

※加工食品については、製造工程において機械や器具などから

アレルゲンが混入（コンタミネーション）が起こる場合があります。コンタミネーションの記載はしておりません。

※材料などの都合によりメニューが変更になる場合がございます。その際はご了承ください。

※ご不明な点は給食職員までお願いいたします。

アレルゲンを含む食品　特定原材料　８品目　エビ　カニ　小麦　そば　卵　乳　落花生　くるみ

特定原材料に準ずるもの　大豆

※その他特定原材料に準ずるものに関しては食材名を参考にして下さい。

㈱東京食品産業