

令和8年4月給食献立表

水戸南高等学校

日	献立	主な使用食品
6日 (月)	 カレーライス 焼き野菜サラダ フルーツゼリー	精白米・強化米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・油 ・ザ・カレーフレーク ブロッコリー・キャベツ・かぼちゃ・マヨネーズ ・醤油・にんにく フルーツミックス・レモンゼリーの素
7日 (火)	 入学式	
8日 (水)	 ちらし寿司 鯖の照り焼き 小松菜のごま和え すまし汁	精白米・酢・上白糖・塩・たけのこ・椎茸・人参 ・油揚げ・醤油・海苔 鯖・醤油・上白糖・みりん・酒 小松菜・もやし・人参・醤油・上白糖・ごま 豆腐・水菜・醤油・塩・和風だし
9日 (木)	 ご飯 チキンバジルソース焼き マカロニサラダ 味噌汁	精白米・強化米 鶏肉・塩・こしょう・バジルソース・じゃが芋・ブロッコリー マカロニ・キャベツ・小松菜・人参・ツナ ・コーン・マヨネーズ・塩・こしょう 大根・油揚げ・味噌・和風だし
10日 (金)	 ご飯 魚の南蛮漬け 枝豆入りポテトサラダ 味噌汁	精白米・強化米 鰯・塩・こしょう・酒・小麦粉・マヨネーズ・油・玉ねぎ ・人参・ピーマン・酢・醤油・上白糖 枝豆・じゃが芋・ハム・きゅうり・人参・コーン ・マヨネーズ・塩・こしょう もやし・にら・味噌・和風だし
13日 (月)	 五目うどん 餃子 フルーチェ	うどん・豚肉・大根・人参・ごぼう・長ねぎ・油揚げ ・椎茸・めんつゆ・片栗粉・なると 餃子の皮・豚肉・キャベツ・にら・生姜・醤油・酒 ・こしょう・ごま油・もやし・塩 フルーチェミックスオレンジ・牛乳
14日 (火)	 コロッケパン スパサラ たまごスープ	パン・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・油・塩・こしょう・小麦粉 ・卵・パン粉・中濃ソース パスタ・きゅうり・人参・ハム・ドレッシング 玉ねぎ・ベーコン・油・卵・コンソメ・塩・こしょう
15日 (水)	 たけのこご飯 キッシュ風卵焼き ひじきサラダ 味噌汁	精白米・強化米・塩・酒・たけのこ・人参・油揚げ ・油・上白糖・醤油・みりん ベーコン・ほうれん草・じゃが芋・卵・マヨネーズ ・塩・こしょう・チーズ ひじき・きゅうり・人参・もやし・ドレッシング わかめ・豆腐・味噌・和風だし
16日 (木)	 キムチ炒飯 シュウマイ 野菜のナムル コンソメスープ	精白米・強化米・豚肉・キムチ・長ネギ・にら ・油・醤油・塩・こしょう 豚肉・シュウマイの皮・玉ねぎ・酒・醤油・ごま油 ・こしょう・片栗粉 もやし・小松菜・人参・鶏肉・ネギ・醤油・みりん・ごま キャベツ・玉ねぎ・人参・にんにく・コンソメ・塩・こしょう

日	献立	主な使用食品
17日 (金)	 ご飯 麻婆白菜 ハムチーズ春巻き 味噌汁	精白米・強化米 白菜・厚揚げ・豚肉・長ねぎ・にら・にんにく・生姜 ・上白糖・醤油・豆板醤・甜麺醤・片栗粉 ハム・チーズ・大葉・春巻きの皮・片栗粉・油 玉ねぎ・しめじ・味噌・和風だし
20日 (月)	 ご飯 鮭のコーンマヨ焼き ごぼうサラダ 味噌汁	精白米・強化米 鮭・塩・こしょう・クリームコーン・玉ねぎ・パセリ ・マヨネーズ・パン粉 ごぼう・人参・きゅうり・もやし・卵・ごま・ドレッシング じゃが芋・長ネギ・味噌・和風だし
21日 (火)	 ご飯 豚肉とキャベツの炒め物 菜種和え 味噌汁	精白米・強化米・もち麦 豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・椎茸 ・ごま油・にんにく・上白糖・甜麺醤・醤油・みりん・ごま 小松菜・もやし・人参・卵・ドレッシング 豆腐・わかめ・味噌・和風だし
22日 (水)	 ご飯 鶏肉の味噌炒め 和風サラダ もやしのとろみスープ	精白米・強化米 鶏肉・酒・塩・こしょう・片栗粉・油・白菜・長ねぎ ・たけのこ・味噌・醤油・上白糖・甜麺醤 大根・人参・きゅうり・油揚げ・ドレッシング もやし・豆苗・鶏ガラスープ・中華味・塩・こしょう ・片栗粉・ごま
23日 (木)	 ご飯 千種焼き ポテトサラダ 味噌汁	精白米・強化米 鶏肉・卵・人参・椎茸・ほうれん草・油・上白糖 ・醤油・塩・袖・和風だし じゃが芋・ハム・きゅうり・人参 ・マヨネーズ・塩・こしょう えのき・もやし・味噌・和風だし
24日 (金)	 コロコロ野菜の チキンカレー フレンチサラダ ババロア	米・強化米・パセリ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・大豆 ・人参・にんにく・油・カレーフレーク 大根・人参・きゅうり・豆苗・ハム・ドレッシング チョコババロアの素・牛乳 ジョアストロベリー
27日 (月)	 スパゲティーナポリタン シーザーサラダ わかめスープ	パスタ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ハム・油 ・ケチャップ・ウスターソース・塩・こしょう 白菜・きゅうり・クルトン・卵・コーン・ドレッシング わかめ・長ネギ・中華味・醤油・塩・ごま油・ごま
28日 (火)	 てりたまコッペ 海藻サラダ クリームシチュー	パン・鶏肉・玉ねぎ・醤油・上白糖・みりん・酒 ・キャベツ・マヨネーズ・塩・こしょう・卵 海藻ミックス・ツナ・もやし・きゅうり・ドレッシング ブロッコリー・じゃが芋・玉ねぎ・コーン・牛乳 ・油・シチューフレーク・塩
30日 (木)	 ご飯 白身魚のおろしソースかけ 高野豆腐のそぼろ煮 味噌汁	精白米・強化米 カレイ・酒・塩・こしょう・生姜・小麦粉・大根・ポン酢 高野豆腐・鶏肉・大豆・人参・椎茸・油・上白糖・醤油 ・みりん・酒・グリーンピース 小松菜・油揚げ・味噌・和風だし

※ 食材の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。