2026　年　4　月　分　予　定　献　立　表

【今月の大磯産食材は、きゅうり、たまねぎ（15日以降）です】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	主な食材料 エネルギーのもとになる食品	主な食材料 体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
9	木	ごはん　牛乳　おかかふりかけ とりのからあげ 豚汁	牛乳 とりもも肉 豚肉 豆腐 白みそ 赤みそ おかかふりかけ	精白米 大麦 片栗粉 油 じゃがいも こんにゃく	生姜 たまねぎ 大根 にんじん ごぼう 長ネギ	650 26.8 24.3 2.3
10	金	コッペパン 牛乳　いちごジャム スパゲッティミートソース ウインナーとコーンのソテー	牛乳 豚ひき肉 ウインナー	コッペパン スパゲッティ 油 いちごジャム	たまねぎ にんじん マッシュルーム 生姜 にんにく ピーマン コーン	639 24.1 17.1 2.3
13	月	ごはん　牛乳 焼肉　キャベツ ワンタンスープ	牛乳 豚肉	精白米 大麦 三温糖 ごま油 油 ワンタンの皮	にんにく 生姜 キャベツ たまねぎ にんじん 白菜 もやし 塩メンマ 小松菜	585 26.1 16.4 1.4
14	火	ごはん　牛乳 マーボー豆腐 ナムル	牛乳 豚ひき肉 豆腐 赤みそ 赤だしみそ	精白米 大麦　油 三温糖 片栗粉 ごま油 ごま	にんにく 生姜 にんじん 干ししいたけ たけのこ 長ネギ もやし きゅうり	580 25.1 17.7 1.9
15	水	クロワッサン　牛乳 とりのコーンフリッター ミネストローネ　ぶどうゼリー	牛乳 とりむね肉 豚肉 ベーコン	クロワッサン 薄力粉　油 じゃがいも ぶどうゼリー アルファベットマカロニ	クリームコーン たまねぎ にんじん セロリー キャベツ にんにくトマト	651 24.5 27.9 2.3
16	木	ごはん　牛乳 ほきの甘酢あん 豆腐のスープ	牛乳 ほき とりむね肉 ロースハム 豆腐	精白米 大麦 片栗粉 油 ごま油 三温糖	生姜 長ネギ にんじん 干ししいたけ たけのこ	582 25.0 16.5 2.0
17	金	黒パン　牛乳 とりのバーベキューソース 野菜のスープ煮	牛乳 とりもも肉 豚肉	黒パン 三温糖 じゃがいも 油	たまねぎ にんじん コーン キャベツ セロリー	573 27.8 21.0 2.4
20	月	わかめごはん　牛乳 さわらの竜田揚げ みそ汁	牛乳 さわら 油揚げ わかめ 白みそ 赤みそ 豆腐　わかめご飯のもと	精白米 大麦 片栗粉 油 じゃがいも	生姜 長ネギ にんじん しめじ えのきたけ	585 22.4 18.7 1.9
21	火	ごはん　牛乳 じゃがいものうま煮 春雨のピリ辛炒め　お祝いゼリー	牛乳 さつまあげ 豚ひき肉	精白米 大麦 じゃがいも こんにゃく 三温糖 はるさめ ごま油 お祝いゼリー	にんじん 干ししいたけ 小松菜 もやし にんにく 長ネギ 生姜	585 18.8 12.5 1.9
22	水	ロールパン　牛乳 ハンバーグトマトソース 野菜スープ	牛乳 ベーコン ハンバーグ	ロールパン 油 三温糖 じゃがいも	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン キャベツ コーン	595 22.5 24.4 2.5
23	木	ごはん　牛乳 凍り豆腐のみそ炒め じゃがいもの甘辛あえ	牛乳 豚肉 凍り豆腐 赤みそ	精白米 大麦 油 三温糖 ごま油 じゃがいも	生姜 にんにく にんじん たけのこ 干ししいたけ 小松菜	587 21.2 18.0 1.4
24	金	パンオーレ　牛乳 とりの香味焼き 煮込みカレーうどん	牛乳 とりもも肉 豚肉 なると	パンオーレ 油 中ざらめ 片栗粉 うどん	たまねぎ にんじん 長ネギ 干ししいたけ 小松菜	580 26.2 24.9 2.7
27	月	たけのこごはん　牛乳 メバルのから揚げ すまし汁　青りんごゼリー	油揚げ 牛乳 めばる なると あられはんぺん	精白米 大麦 三温糖 片栗粉 油 青りんごゼリー	たけのこ 生姜 にんじん 長ネギ ほうれんそう	605 22.1 17.4 2.4
28	火	ごはん　牛乳 肉じゃが 煮びたし　味付き小魚	牛乳 豚肉 油揚げ 味付き小魚	精白米 大麦 じゃがいも つきこんにゃく 三温糖 油	にんじん たまねぎ グリンピース 白菜 小松菜	594 25.2 12.8 1.9
30	木	ごはん　牛乳 すき焼き風煮 フルーツポンチ	牛乳 焼き豆腐 豚肉	精白米 大麦 しらたき 油 三温糖 ピーチゼリー 上白糖	にんじん 長ネギ 白菜 干ししいたけ もも パイン みかん ミックスドフルーツ レモン りんご	589 21.0 14.0 1.3

４月分　給食物資の産地

分類	種類	産地
野菜	じゃがいも	北海道
	たまねぎ	大磯町・北海道
	キャベツ	愛知
	小松菜	神奈川
	しめじ	長野
	セロリ	愛知
	長ねぎ	茨城・埼玉
	にんじん	千葉
	にんにく	青森
	白菜	茨城
	ほうれんそう	神奈川
	大根	神奈川
	ごぼう	青森
	ピーマン	茨城

分類	種類	産地
野菜	古根しょうが	高知
	もやし	千葉
	えのきだけ	長野・新潟
肉	豚肉	神奈川・千葉
	鶏もも肉	岩手・鳥取
	鶏むね肉	鳥取・北海道
魚	さわら	韓国
	めばる	アメリカ
	ほき	チリ
米	米	神奈川・山形
牛乳	牛乳	神奈川

＊産地は最新の出荷状況に基づいての予定です。
＊出荷制限や出荷禁止となった青果類は、市場に出回りません。

2026 年 5 月 分 予 定 献 立 表

【 今月の大磯産食材は、きゅうり、たまねぎです 】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	主な食材料 エネルギーのもとになる食品	主な食材料 体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
1	金	コッペパン 牛乳 いちごジャム マカロニのクリーム煮 豆サラダ	牛乳 ハム チーズ チキン水煮 ガルバンゾー レッドキドニー マローファットピース	コッペパン マカロニ 油 バター 薄力粉 上白糖 いちごジャム	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ きゅうり キャベツ	600 21.0 19.6 2.5
7	木	ごはん 牛乳 いりどり みそ汁 かしわもち	牛乳 とりもも肉 豆腐 わかめ 油揚げ 白みそ	精白米 大麦 こんにゃく 油 三温糖 かしわもち	ごぼう たけのこ にんじん 干ししいたけ いんげん えのきたけ たまねぎ	678 23.8 17.2 2.9
8	金	ぶどうパン 牛乳 マグロとじゃがいものソース和え 煮込みうどん	牛乳 まぐろ 豚肉 油揚げ なると	ぶどうパン 片栗粉 じゃがいも 三温糖 中ざらめ 油 うどん	たまねぎ にんじん 長ネギ 小松菜	614 25.5 20.6 2.8
11	月	中華ごはん 牛乳 揚げしゅうまい はるさめスープ	豚肉 牛乳 しゅうまい 豚ひき肉 卵	精白米 大麦 三温糖 油 ごま油 緑豆はるさめ	干ししいたけ たけのこ にんじん 長ネギ 生姜 たまねぎ キャベツ 小松菜	618 20.4 22.0 2.8
12	火	ごはん 牛乳 とりのからあげ 豚汁	牛乳 とりもも肉 豚肉 豆腐 白みそ 赤みそ	精白米 大麦 片栗粉 じゃがいも 板こんにゃく 油	生姜 たまねぎ 大根 にんじん ごぼう 長ネギ	625 24.8 22.9 1.9
13	水	黒パン 牛乳 酢豚 フルーツポンチ	牛乳 豚もも肉	黒パン 片栗粉 油 三温糖 マスカットゼリー 上白糖	たまねぎ にんじん 干ししいたけ たけのこ ピーマン もも缶 パイン缶 りんご缶 みかん缶 レモン	649 22.3 18.6 2.2
14	木	ごはん 牛乳 のりの佃煮 さばのみそ煮 けんちん汁	牛乳 のりつくだ煮 さば 赤みそ 豚肉 豆腐 油揚げ だし昆布	精白米 大麦 三温糖 さといも 油	生姜 にんじん 大根 ごぼう 長ネギ	600 25.7 18.5 2.7
15	金	ソフトフランスパン 牛乳 スパゲッティミートソース ウインナーとコーンのソテー	牛乳 豚ひき肉 ウインナー	ソフトフランスパン スパゲッティ 油	たまねぎ にんじん マッシュルーム 生姜 にんにく ピーマン コーン	581 22.8 15.8 2.1
18	月	カレーライス 牛乳 春雨サラダ	豚もも肉 クリーム 牛乳	精白米 大麦 油 じゃがいも 薄力粉 バター 緑豆はるさめ 三温糖 ごま油	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん キャベツ	595 19.0 15.9 2.4
19	火	ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け 野菜のうま煮	牛乳 アジ さつまあげ	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖 板こんにゃく じゃがいも	生姜 長ネギ にんじん 干ししいたけ いんげん	602 23.4 14.9 2.2
20	水	フランクサンド 牛乳 キャベツ ベーコンと野菜のスープ	フランクフルトソーセージ 牛乳 豚肉 ベーコン	コッペパン じゃがいも 油	キャベツ セロリー たまねぎ にんじん パセリ	584 23.0 25.2 3.0
21	木	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 あおのりポテト ゆでそらまめ	牛乳 焼き豆腐 豚肉 あおのり	精白米 大麦 しらたき 三温糖 じゃがいも 油	にんじん 長ネギ 白菜 干ししいたけ 空豆	612 22.9 17.0 1.5
22	金	米粉ロールパン 牛乳 コーヒー牛乳の素 あこうだいのみそチーズ焼き ジュリエンヌスープ	牛乳 あこうだい 赤みそ チーズ ベーコン	米粉ロールパン マヨネーズ風調味料(卵不使用) 油 コーヒー牛乳の素	レモン パセリ たまねぎ にんじん キャベツ コーン	583 27.4 23.8 2.8
23	土	豚丼 牛乳 豆腐のスープ みかんゼリー	豚肉 牛乳 とりむね肉 ハム 豆腐	精白米 大麦 つきこんにゃく 油 三温糖 みかんゼリー	たまねぎ 小松菜 生姜 にんじん 干ししいたけ たけのこ 長ネギ	620 25.7 15.6 2.2
26	火	ごはん 牛乳 ひじきふりかけ 鯉のぼりハンバーグおろしソース 五目スープ	牛乳 豚肉 ひじきふりかけ 鯉のぼりハンバーグ	精白米 大麦 三温糖 油 片栗粉	大根 にんじん たけのこ 干ししいたけ たまねぎ 小松菜	580 22.3 10.3 2.7
27	水	コッペパン 牛乳 とりの煮込み ポテトのカレースープ煮	牛乳 とりもも肉 クリーム ベーコン	コッペパン 薄力粉 油 バター じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム パセリ にんじん	607 25.8 23.0 2.9
28	木	こぎつねごはん 牛乳 春巻き すまし汁 味付き小魚	とりもも皮なしひき肉 油揚げ 牛乳 なると 豆腐 春巻き 味付き小魚	精白米 大麦 三温糖 油	にんじん 生姜 たまねぎ 小松菜	634 24.3 20.4 3.2
29	金	ロールパン 牛乳 ポークシチュー いかのマリネ	牛乳 豚肉 いか	ロールパン 薄力粉 油 バター 中ざらめ じゃがいも 上白糖	にんにく たまねぎ にんじん きゅうり	621 25.4 23.8 2.6

2026　年　6　月　分　予　定　献　立　表

【　今月の大磯産食材は、たまねぎ、きゅうりです　】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料			エネルギー（kcal） たんぱく質（g） 脂質（g） 食塩相当量（g）
			体をつくるもとになる食品	エネルギーのもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	
1	月	ビビンバ　牛乳 わかめスープ なしのゼリー	豚肉 牛乳 わかめ なると ホタテフレーク	精白米 大麦 三温糖 油 白ごま ごま油 なしのゼリー	小松菜 にんじん もやし 長ネギ キャベツ えのきたけ	594 24.6 16.1 2.7
2	火	ごはん　牛乳 メバルのから揚げ きゅうりのたたき漬け　豚汁	牛乳 めばる 豚肉 豆腐 白みそ 赤みそ	精白米 大麦 片栗粉 ごま油 上白糖 じゃがいも こんにゃく 油	生姜 きゅうり 大根 にんじん ごぼう 長ネギ	582 24.3 17.8 2.5
3	水	ぶどうパン　牛乳 フライドチキン コンソメスープ	牛乳 とりもも肉 ベーコン	ぶどうパン 片栗粉 上新粉　マカロニ 油	たまねぎ にんじん キャベツ	638 25.0 28.1 2.7
4	木	ごはん　牛乳 いりどり 小魚とだいずのいりに	牛乳 とりも肉 いわし 大豆	精白米 大麦 こんにゃく 三温糖 油 片栗粉	ごぼう たけのこ にんじん 干ししいたけ いんげん	581 24.9 18.0 1.5
5	金	食パン　牛乳 とりのトマト煮 ジャーマンポテト	牛乳 とりもも肉 ベーコン	食パン 油 薄力粉 じゃがいも	にんにくトマト 赤ピーマン たまねぎ しめじ にんじん パセリ	594 26.1 24.3 2.2
8	月	ごはん　牛乳 いわしのかば焼き風 昆布と豚肉の炒り煮	牛乳 いわし 昆布 豚肉	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖 つきこんにゃく	生姜 にんじん いんげん	614 24.1 18.2 2.1
9	火	ピラフ　牛乳 トマトシチュー フルーツポンチ	ハム 牛乳 ベーコン とりもも肉	精白米 油 じゃがいも いちごゼリー 上白糖	にんじん たまねぎ コーン マッシュルーム パセリ にんにく トマト もも缶 パイン缶　りんご缶 みかん缶　レモン	593 17.9 15.4 2.0
10	水	米粉ロールパン　牛乳 チキンチキンごぼう 野菜とひよこ豆のスープ	牛乳 とりもも肉 ベーコン ひよこまめ	米粉ロールパン 片栗粉 じゃがいも 油 上白糖 油	ごぼう 枝豆 キャベツ にんじん たまねぎ にんにく	600 22.2 27.2 2.4
11	木	ごはん　牛乳 とりのごまみそ焼き 切り干し大根の煮つけ　みそ汁	牛乳 とりもも肉 赤みそ 油揚げ 白みそ	精白米 大麦 白すりごま 三温糖 油 じゃがいも	切り干し大根 にんじん たまねぎ 小松菜	594 23.8 19.0 2.3
12	金	フランクサンド　牛乳 キャベツ ミネストローネ	フランクフルトソーセージ 牛乳 豚肉 ベーコン	コッペパン じゃがいも アルファベットマカロニ 油	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー にんにくトマト パセリ	581 22.5 24.8 3.1
15	月	ごはん　牛乳 酢豚 チンゲンサイのスープ	牛乳 豚もも肉 とりむね肉	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖	たまねぎ にんじん 干ししいたけ たけのこ ピーマン きくらげ チンゲンサイ 長ネギ	585 22.1 16.6 2.3
16	火	わかめごはん　牛乳 とりのごまザンギ みそ汁	牛乳 とりもも肉 白みそ わかめごはんの素	精白米 大麦 片栗粉 薄力粉 白ごま 白すりごま 油 じゃがいも	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん 長ネギ	602 21.1 23.7 1.8
17	水	チーズパン　牛乳 スパゲッティナポリタン ウインナーと青菜のソテー	牛乳 ベーコン ウインナー	チーズパン スパゲッティ 油	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく ピーマン コーン 小松菜	615 21.6 19.3 2.9
18	木	ごはん　牛乳 五目きんぴら すまし汁　ブルーベリータルト	牛乳 さつまあげ 豚肉 なると 豆腐	精白米 大麦 油 三温糖 白ごま つきこんにゃく ブルーベリータルト	にんじん ごぼう 小松菜 たまねぎ	582 18.3 11.8 2.3
19	金	ロールパン　牛乳 とりの照り焼き ワンタンスープ	牛乳 とりもも肉 豚肉	ロールパン ワンタンの皮	生姜 たまねぎ にんじん 白菜 もやし 塩メンマ 小松菜	596 27.9 25.1 2.5
22	月	ごはん　牛乳 大豆の五目煮 肉だんごスープ	牛乳 昆布 大豆 豚肉 ミートボール ベーコン	精白米 大麦 こんにゃく 油 三温糖	にんじん ごぼう キャベツ たまねぎ 干ししいたけ 小松菜	582 22.4 16.6 2.0
23	火	ごはん　牛乳 肉じゃが ナムル　味付き小魚	牛乳 豚肉 味付き小魚	精白米 大麦 じゃがいも つきこんにゃく 三温糖 油 ごま油 ごま	にんじん たまねぎ グリンピース 緑豆もやし きゅうり	585 24.5 12.9 1.9
24	水	黒パン　牛乳 ちくわの磯辺揚げ 煮込みうどん	牛乳 ちくわ あおのり 豚肉 油揚げ なると	黒パン 薄力粉 ざらめ 油 うどん	たまねぎ にんじん 長ネギ 小松菜	630 25.2 21.3 3.6
25	木	とりごぼうごはん　牛乳 豚ヒレの竜田揚げ みそ汁	とりもも肉 牛乳 豚ひれ肉 豆腐 わかめ 油揚げ 赤みそ 白みそ	精白米 大麦 油 三温糖 片栗粉 じゃがいも	ごぼう にんじん グリンピース 生姜 えのきたけ たまねぎ	585 25.6 18.3 2.6
26	金	ナン　牛乳 キーマカレー ジュリエンヌスープ　いちごゼリー	牛乳 豚ひき肉 ひよこまめ ベーコン	ナン 油 いちごゼリー	にんじん たまねぎ キャベツ コーン	585 24.8 16.4 2.9
29	月	ごはん　牛乳 とりの韓国風焼き じゃがいものそぼろ煮	牛乳 とりもも肉 豚ひき肉	精白米 大麦 三温糖 ごま油 白ごま じゃがいも こんにゃく 油 片栗粉	生姜 にんにく 長ネギ たまねぎ にんじん 干ししいたけ グリンピース	621 24.0 17.4 1.5
30	火	ごはん　牛乳 いかのさらさ揚げ 生揚げと春雨の炒め煮　さくらんぼ	牛乳 いか 生揚げ 豚肉	精白米 大麦 三温糖 片栗粉 はるさめ 油 ごま油	生姜 にんにく 干ししいたけ 長ネギ 小松菜 さくらんぼ	691 27.0 25.5 1.7

2026　年　7　月　分　予　定　献　立　表

【今月の大磯産食材は、とうもろこし・たまねぎ・なす・ズッキーニ・いんげん・にんにくです】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	主な食材料 エネルギーのもとになる食品	主な食材料 体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
1	水	ぶどうパン　牛乳 マグロとじゃがいものソース和え ゆでとうもろこし　焼きビーフン	牛乳 まぐろ 豚肉	ぶどうパン 片栗粉 油 じゃがいも 三温糖 ビーフン ごま油	とうもろこし たまねぎ にんじん たけのこ 干ししいたけ キャベツ	609 25.5 21.0 2.1
2	木	キムタクごはん　牛乳 さばのカレーじょうゆ焼き 中華風コーンスープ	豚肉 牛乳 さば 卵	精白米 大麦 ごま油 油 片栗粉	つぼ漬 白菜キムチ 長ネギ にんじん たまねぎ 小松菜 コーン	588 26.6 20.2 2.8
3	金	＜**大磯産品学校給食デー**＞ ソフトフランスパン　牛乳 とりのレモンソースかけ ラタトゥイユ	牛乳 とりもも肉 豚肉	ソフトフランスパン 片栗粉 油 三温糖	レモン なす たまねぎ ズッキーニ いんげん にんにく セロリー トマト	582 24.5 23.1 2.5
6	月	ごはん　牛乳 生揚げと春雨のピリ辛炒め 大豆のみそがらめ	牛乳 生揚げ 豚ひき肉 大豆 白みそ	精白米 大麦 はるさめ 油 三温糖 片栗粉 ごま油　上白糖	にんにく 生姜 にんじん 干ししいたけ 長ネギ 小松菜	651 26.9 22.0 1.8
7	火	＜ **七夕献立** ＞ ごはん　牛乳 星型ハンバーグおろしソース 七夕すまし汁　七夕ゼリー	牛乳 ハンバーグ 油揚げ とりもも肉 なると　星の麩	精白米 大麦 三温糖 スパゲッティ 七夕ゼリー	大根 にんじん たまねぎ 干ししいたけ	610 22.9 18.5 2.0
8	水	クロワッサン　牛乳 チキンカツ　キャベツ ミネストローネ	牛乳 とりもも肉 卵 ベーコン	クロワッサン 薄力粉 パン粉 油 じゃがいも アルファベットマカロニ	キャベツ にんにく たまねぎ にんじん トマト パセリ	595 24.2 28.8 2.5
9	木	ごはん　牛乳 たらのみそマヨネーズ焼き 豚汁　冷凍みかん	牛乳 たら 赤みそ 豚肉 豆腐 白みそ	精白米 大麦 油 マヨネーズ風調味料(卵不使用) じゃがいも　こんにゃく	レモン パセリ 大根 にんじん ごぼう 長ネギ 冷凍みかん	585 25.3 16.4 2.6
10	金	黒パン　コーヒー牛乳 とりのピリ辛焼き 煮込みカレーうどん	とりもも肉 豚肉 なると コーヒー牛乳	黒パン ごま油 油 ざらめ 片栗粉 うどん	生姜 にんにく たまねぎ にんじん 長ネギ 干ししいたけ 小松菜	608 27.1 18.0 2.8
13	月	豚丼　牛乳 豆腐のスープ すりおろしピーチゼリー	豚肉 牛乳 とりむね肉 ポークハム 豆腐	精白米 大麦 三温糖 つきこんにゃく 油 すりおろしピーチゼリー	たまねぎ 小松菜 生姜 にんじん 干ししいたけ たけのこ 長ネギ	600 25.5 15.5 2.2
14	火	＜**神奈川産品学校給食デー**＞ 夏野菜のカレーライス　牛乳 ゴーヤのごまだれ かき氷(ソーダ味)	豚もも角切り クリーム 牛乳	精白米 大麦 じゃがいも 薄力粉 バター 片栗粉 白ごま 上白糖 油 かき氷	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん なす ズッキーニ にがうり	642 19.5 19.9 1.6

＊ 7月1日(水)の給食には「ゆでとうもろこし」がでます。3年生の皆さんが全校分のとうもろこしの皮をむいてくれます。
3年生の皆さん、ありがとうございます。

＊ 7月3日(金)は「大磯産品学校給食デー」です。大磯産の野菜をたくさん使用した給食です。
ラタトゥイユに使用している、なす・たまねぎ・いんげん・にんにく・ズッキーニは大磯産の予定です。
これらの野菜は、農薬不使用・無肥料で作られたものです。

7月分　給食物資の産地

分類	種類	産地
野菜・果物	じゃがいも	秦野市、茨城
	たまねぎ	大磯町、秦野市、佐賀
	キャベツ	群馬、愛知
	小松菜	秦野市
	ごぼう	青森
	なす	大磯町、秦野市、群馬
	長ねぎ	千葉、茨城
	にんじん	千葉
	にんにく	大磯町、青森
	パセリ	長野
	とうもろこし	大磯町
	ゴーヤ	茨城、栃木
	トマト	海老名市
	古根しょうが	熊本

分類	種類	産地
野菜・果物	ズッキーニ	大磯町、長野
	セロリ	福岡、長野
	大根	青森、北海道
	いんげん	大磯町
肉	豚肉	神奈川、千葉
	鶏肉	岩手、鳥取、北海道
魚	すけそうだら	アメリカ、ロシア
	さば	日本
	キハダマグロ	静岡
米	米	茨城
牛乳	牛乳	神奈川

＊産地は最新の出荷状況に基づいての予定です。

2026 年 9 月 分 予 定 献 立 表

【 今 月 の 大 磯 産 食 材 は あ り ま せ ん 】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	主な食材料 エネルギーのもとになる食品	主な食材料 体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
3	木	ハヤシライス 牛乳 ツナサラダ	豚肉 牛乳 ツナ	精白米 大麦 じゃがいも 油 バター 薄力粉 上白糖	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ コーン	612 22.4 19.0 2.3
4	金	黒パン 牛乳 とりの照り焼き 煮込みうどん	牛乳 とりもも肉 豚肉 油揚げ なると	黒パン ざらめ 油 うどん	生姜 たまねぎ にんじん 長ネギ 小松菜	598 27.3 21.2 2.6
7	月	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン ワンタンスープ	牛乳 とりむね肉 豚肉	精白米 大麦 片栗粉 油 上白糖 ワンタンの皮	生姜 にんにく たまねぎ にんじん 白菜 もやし 塩メンマ 小松菜	606 24.4 16.9 1.7
8	火	ごはん 牛乳 ひじきふりかけ 豚肉の柳川風 野菜のからしじょうゆ和え	牛乳 豚肉 卵 刻みのり ひじきふりかけ	精白米 大麦 ごま油 三温糖	生姜 ごぼう にんじん 長ネギ 小松菜 緑豆もやし	580 21.4 19.7 2.4
9	水	フランクサンド 牛乳 キャベツ クリームシチュー	フランクフルトソーセージ 牛乳 とりもも肉 ベーコン 脱脂粉乳	コッペパン じゃがいも 油 バター 薄力粉	キャベツ にんじん たまねぎ	598 24.6 27.6 2.7
10	木	ごはん 牛乳 あじの南蛮漬け みそ汁 冷凍みかん	牛乳 あじ 豆腐 わかめ 油揚げ 白みそ	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖	生姜 長ネギ えのきたけ たまねぎ にんじん 冷凍みかん	603 22.6 16.8 2.1
11	金	ロールパン 牛乳 和風スパゲティ 豆腐バーグ野菜あんかけ	牛乳 ベーコン とりむね肉 桜えび 豆腐ハンバーグ かつおぶし	ロールパン 油 上白糖 バター 三温糖 片栗粉 スパゲッティ	にんじん たまねぎ しめじ えのきたけ マッシュルーム ピーマン いんげん	632 20.8 22.7 2.1
14	月	ごはん 牛乳 生揚げと春雨のピリ辛炒め 大豆のみそがらめ	牛乳 生揚げ 豚ひき肉 大豆 白みそ	精白米 大麦 はるさめ 三温糖 片栗粉 ごま油 油 上白糖	にんにく 生姜 にんじん 干ししいたけ 長ネギ 小松菜	644 26.8 22.0 1.7
15	火	こぎつねごはん 牛乳 春巻き かきたま汁	とりもも皮なしひき肉 油揚げ 牛乳 わかめ 豆腐 卵 春巻き	精白米 大麦 三温糖 油 片栗粉	にんじん 生姜 たまねぎ 小松菜	658 19.0 26.5 2.5
16	水	コッペパン 牛乳 とりの煮込み ポテトのカレースープ煮	牛乳 とりも肉 クリーム ベーコン	コッペパン 薄力粉 バター じゃがいも 油	たまねぎ マッシュルーム パセリ にんじん	591 25.2 22.7 2.8
17	木	ごはん 牛乳 さばの黄金焼き もずくスープ カスタードプリン	牛乳 さば もずく	精白米 大麦 薄力粉 白ごま 片栗粉 カスタードプリン	たまねぎ 生姜 にんじん 干ししいたけ 長ネギ	582 23.6 17.6 1.8
18	金	マーラーカオ 牛乳 揚げめんの野菜あんかけ 肉だんごの甘辛煮	牛乳 豚肉 いか むきえび肉だんご	マーラーカオ 揚げめん 油 三温糖 片栗粉	きくらげ にんじん たまねぎ キャベツ 小松菜	648 25.0 30.8 2.2
24	木	茶飯 牛乳 コーヒー牛乳の素 大豆の五目煮 肉だんごスープ	牛乳 昆布 大豆 豚肉 肉だんご ベーコン	精白米 大麦 こんにゃく 油 三温糖 コーヒー牛乳の素	にんじん ごぼう キャベツ たまねぎ 干ししいたけ 小松菜	584 20.7 16.2 3.0
25	金	うさぎパン 牛乳 シイラのカレー揚げ とうがんのスープ 月見だんご	牛乳 しいら ベーコン	うさぎパン 片栗粉 油 月見だんご	とうがん たまねぎ しめじ にんじん	628 23.5 20.8 2.4
28	月	ごはん 牛乳 いわしのかば焼き風 豚汁	牛乳 いわし 豚肉 豆腐 白みそ 赤みそ	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖 じゃがいも こんにゃく 油	生姜 大根 にんじん ごぼう 長ネギ	615 24.5 18.8 2.3
29	火	わかめごはん 牛乳 いりどり ふかしいも ヨーグルト	わかめごはんの素 牛乳 とりもも肉 ヨーグルト	精白米 大麦 こんにゃく 油 三温糖 さつまいも	ごぼう たけのこ にんじん 干ししいたけ いんげん	639 22.8 15.7 1.4
30	水	黒パン 牛乳 とりのバーベキューソース きのこのクリームスープ	牛乳 とりもも肉 クリーム ベーコン	黒パン 三温糖 じゃがいも 油 バター 薄力粉	たまねぎ しめじ えのきたけ マッシュルーム にんじん	584 25.0 23.2 2.4

９月分 給食物資の産地

分類	種類	産地
野菜	じゃがいも	茨城
	たまねぎ	佐賀
	キャベツ	愛知
	小松菜	神奈川
	ごぼう	青森
	長ねぎ	茨城
	にんじん	青森
	にんにく	青森
	白菜	茨城
	もやし	千葉
	ピーマン	茨城
	古根しょうが	高知
	とうがん	神奈川
	パセリ	千葉
	生マッシュルーム	千葉
	ぶなしめじ	長野

分類	種類	産地
野菜	えのきだけ	長野・新潟
	大根	北海道
	さつまいも	千葉
肉	豚肉	神奈川・千葉・静岡
	とり肉	岩手・鳥取・北海道
魚	いわし	日本
	あじ	チリ
	さば	日本
	シイラ	日本
	いか	ペルー
	むきえび	ミャンマー
米	米	茨城・山形
牛乳	牛乳	神奈川

＊産地は最新の出荷状況に基づいての予定です。
＊出荷制限や出荷禁止となった青果類は、市場に出回りません。

2026　年　10　月　分　予　定　献　立　表

【今月の大磯産食材は、マコモタケ・きゅうりです】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	エネルギーのもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
1	木	とりめし　牛乳 肉団子の甘酢あん かきたま汁	とりもも肉 牛乳 ミートボール わかめ 卵	精白米 三温糖 油 片栗粉	にんじん 干ししいたけ グリンピース たまねぎ 小松菜	624 21.4 24.2 2.8
2	金	コッペパン 牛乳 湘南ゴールドジャム 揚げぎょうざ みそラーメン	牛乳 ぎょうざ 豚肉 白みそ 赤みそ	コッペパン 油 湘南ゴールドジャム ちゃんぽんめん	にんにく 生姜 緑豆もやし キャベツ 長ネギ 塩メンマ にんじん コーン	632 22.2 25.9 2.9
5	月	ごはん　牛乳 じゃがいものそぼろ煮 青菜のスープ煮 シューアイスチョコ	牛乳 豚ひき肉 うずら卵 ベーコン	精白米 大麦 じゃがいも こんにゃく 油 片栗粉 三温糖 シューチョコアイス	たまねぎ にんじん 干ししいたけ グリンピース 小松菜	595 18.3 13.5 1.7
6	火	きのこごはん　牛乳 さんまのかば焼き風 さつま汁	とりもも肉 油揚げ 牛乳 さんま 豆腐 白みそ 豚肉	精白米 油 片栗粉 三温糖 さつまいも こんにゃく	しめじ えのきたけ 干ししいたけ にんじん 生姜 大根 ごぼう 長ネギ	696 25.4 27.0 3.1
7	水	揚げパン(砂糖)　牛乳 ポークチャップ 野菜スープ	牛乳 豚肉 ベーコン	コッペパン 上白糖 油 バター じゃがいも	たまねぎ トマト マッシュルーム にんじん キャベツ	619 24.7 27.2 2.6
8	木	ごはん　牛乳 すき焼き風煮 ベイクドポテト	牛乳 焼き豆腐 豚肉	精白米 大麦 しらたき 油 三温糖 じゃがいも バター	にんじん 長ネギ 白菜 干ししいたけ	583 21.0 14.7 1.5
9	金	コッペパン　牛乳 焼きそば ささかまのコーンフリッター	牛乳 豚肉 卵 ささかまぼこ	コッペパン 油 薄力粉 蒸しめん	たまねぎ もやし にんじん キャベツ クリームコーン	604 24.2 20.7 2.9
13	火	中華丼 牛乳 大学芋	うずら卵 豚肉 いか むきえび 牛乳	精白米 大麦 油 三温糖 片栗粉 ごま油 さつまいも 上白糖 黒ごま	生姜 にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ 干ししいたけ	616 19.9 15.2 1.4
14	水	ピタパン　牛乳 チリコンカン コーンスープ	牛乳 金時豆 豚ひき肉 クリーム	ピタパン じゃがいも 油 三温糖 バター 薄力粉	たまねぎ にんじん クリームコーン　コーン	625 24.2 19.3 2.7
15	木	ごはん　牛乳 じゃがいもととり肉のみぞれ煮 ちゃんこ汁	牛乳 とりもも肉 油揚げ ミートボール 白みそ	精白米 大麦 じゃがいも 片栗粉 油 三温糖 ごま油 こんにゃく	大根 にんじん 白菜 生姜 にんにく 小松菜	645 22.4 22.9 2.5
16	金	黒パン　牛乳 ガーリックチキン イタリアンスープ かぼちゃプリン	牛乳 とりもも肉 ベーコン かぼちゃプリン	黒パン スパゲッティ 油	たまねぎ セロリー にんじん キャベツ トマト	587 24.4 22.4 2.4
19	月	ごはん　牛乳 生揚げと春雨の炒め煮 ごま酢あえ ミニグレープゼリー	牛乳 生揚げ 豚肉	精白米 大麦 はるさめ 油 三温糖 片栗粉ごま油 白ごまミニグレープゼリー	にんにく 生姜 干ししいたけ 長ネギ 小松菜 にんじん きゅうり もやし	582 21.6 18.1 1.5
20	火	ごはん 牛乳 わかめふりかけ さばのみそ煮 五目スープ	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 わかめふりかけ	精白米 大麦 三温糖 油 片栗粉	生姜 にんじん まこもたけ 干ししいたけ たまねぎ 小松菜	582 25.2 17.6 2.6
21	水	チーズパン　牛乳 マーボーじゃがいも 春雨サラダ	牛乳 豚ひき肉	チーズパン じゃがいも 油 三温糖 片栗粉 ごま油 はるさめ 白ごま	にんにく 生姜 干ししいたけ にんじん たけのこ 長ネギ グリンピース キャベツ	581 22.1 21.7 2.5
22	木	ごはん 牛乳 のりのつくだに とりのからあげ みそ汁	牛乳 とりもも肉 油揚げ わかめ 白みそ 赤みそ 豆腐 のりつくだ煮	精白米 大麦 片栗粉 油 じゃがいも	生姜 たまねぎ 長ネギ にんじん しめじ えのきたけ	608 22.5 21.3 2.5
23	金	ロールパン　牛乳 スパゲッティミートソース 青菜とコーンのソテー	牛乳 豚ひき肉	ロールパン スパゲッティ 油	たまねぎ にんじん マッシュルーム 生姜 にんにく ピーマン 小松菜 コーン	591 22.2 17.6 2.2
26	月	ごはん　牛乳 とりのマヨポン酢焼き じゃがいもの甘煮 はるさめスープ	牛乳 とりもも肉 豚ひき肉 卵	精白米 大麦 じゃがいも マヨネーズ風調味料(卵不使用) 三温糖 緑豆はるさめ	たまねぎ にんじん キャベツ 小松菜	604 23.3 20.4 2.0
27	火	くりおこわ　牛乳 揚げしゅうまい 生揚げのみそ炒め	牛乳 しゅうまい 豚肉 生揚げ 赤みそ	精白米 黒米 栗 油 三温糖 ごま油	キャベツ 長ネギ ピーマン 生姜	647 21.7 25.6 2.7
28	水	ぶどうパン　牛乳 チンゲン菜と肉団子の煮込み 杏仁豆腐	牛乳 ミートボール	ぶどうパン はるさめ 三温糖 片栗粉 上白糖 豆乳ゼリー(杏仁風味)	干ししいたけ にんじん チンゲンサイ パイン みかん りんご	642 21.2 23.1 2.6
29	木	ごはん　牛乳 メバルのから揚げ 豚汁	牛乳 めばる 豚肉 豆腐 白みそ 赤みそ	精白米 大麦 片栗粉 じゃがいも こんにゃく 油	生姜 大根 にんじん ごぼう 長ネギ	581 25.0 17.5 2.0
30	金	サンドパン　牛乳 チキンカツ　キャベツ 野菜スープ	牛乳 とりむね肉 卵 ベーコン	サンドパン 薄力粉 パン粉 油 じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん	588 25.9 22.1 2.4
31	土	カレーライス 牛乳 いかのマリネ	豚もも角切り クリーム 牛乳 いか	精白米 大麦 油 じゃがいも 薄力粉 バター 上白糖	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん きゅうり	593 22.1 17.2 2.4

2026 年 11 月 分 予 定 献 立 表

【今月の大磯産食材は、きゅうり・こんにゃくです】

大磯小学校

日	曜日	献立名	主な食材料 体をつくるもとになる食品	主な食材料 エネルギーのもとになる食品	主な食材料 体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
4	水	きなこ揚げパン　牛乳 ポークビーンズ ジャーマンポテト	きな粉 牛乳 大豆 豚肉 ベーコン	コッペパン 油 上白糖 三温糖 じゃがいも	たまねぎ ピーマン にんじん トマト パセリ	632 24.5 26.2 2.2
5	木	ごはん　牛乳 かつおと野菜のケチャップソース煮 ヤーコンのきんぴら	牛乳　かつお	精白米 大麦 片栗粉 油 三温糖 ヤーコン ごま油 つきこんにゃく 白ごま	たけのこ たまねぎ にんじん 干ししいたけ グリンピース いんげん	586 22.3 14.7 1.9
6	金	黒パン　牛乳 シーフードスパゲッティ ウインナーと青菜のソテー	牛乳 ツナ むきえび ベーコン ウインナー	黒パン スパゲッティ 油	マッシュルーム たまねぎ にんじん ピーマン にんにく コーン 小松菜	636 24.5 19.3 2.4
9	月	豚キムチ丼　牛乳 わかめスープ マスカットゼリー	豚肉 牛乳 わかめ なると ホタテフレーク	精白米 大麦 ごま油 三温糖 白ごま マスカットゼリー	にんにく 生姜 長ネギ にんじん もやし にら 白菜キムチ キャベツ えのきたけ	580 22.9 14.4 2.7
10	火	ごはん　牛乳　わかめふりかけ さつまいもと大豆の黒みつあえ ワンタンスープ	牛乳 大豆 ちりめんじゃこ 豚肉 わかめふりかけ	精白米 大麦 さつまいも 油 黒砂糖 ワンタンの皮	たまねぎ にんじん 白菜 もやし 生姜 塩メンマ 小松菜	606 19.0 15.3 2.0
11	水	フランクサンド　牛乳 キャベツのカレーソテー クリームシチュー	フランクフルトソーセージ 牛乳 ベーコン とりむね肉　脱脂粉乳	コッペパン 油 じゃがいも バター 薄力粉	キャベツ にんじん たまねぎ	636 26.8 30.0 3.1
12	木	ごはん　牛乳 いわしのフライ ちゃんこ汁	牛乳 いわし 卵 油揚げ ミートボール 白みそ	精白米 大麦 薄力粉 パン粉 油 こんにゃく 油 ごま油	大根 にんじん 白菜 生姜 にんにく 小松菜	603 21.8 20.5 2.3
13	金	ソフトフランスパン　牛乳 マカロニのクリーム煮 イタリアンサラダ	牛乳 とりむね肉 ロースハム チーズ	ソフトフランスパン マカロニ 油 バター 薄力粉 上白糖	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン きゅうり	597 23.8 19.6 2.3
16	月	ごはん　牛乳 厚揚げの中華煮 ぶどう豆	牛乳 生揚げ むきえび 揚げボール 豚肉 大豆 昆布	精白米 大麦 三温糖 油 片栗粉 上白糖	白菜 たまねぎ にんじん 干ししいたけ たけのこ 生姜	586 26.9 17.6 1.5
17	火	ハヤシライス 牛乳 フルーツあえ	豚肉 牛乳	精白米 大麦 じゃがいも 油 バター 薄力粉 いちごゼリー	たまねぎ にんじん にんにく パイン もも りんご　みかん	615 20.5 15.7 1.8
18	水	チーズパン　牛乳 いかフライ 野菜のスープ煮	牛乳 いか 卵 豚肉	チーズパン 薄力粉 パン粉 油 じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン キャベツ セロリー	601 26.3 20.9 2.6
19	木	ごはん　牛乳 親子煮 こんにゃくサラダ　味付き小魚	牛乳 とりもも肉 卵 味付き小魚	精白米 大麦 じゃがいも 三温糖 ごま油　サラダこんにゃく	にんじん たまねぎ 小松菜 キャベツ コーン	619 26.6 18.2 2.3
20	金	パンオーレ　牛乳 とりの韓国風焼き ほうとう	牛乳 とりもも肉 豚肉 油揚げ 白みそ	パンオーレ 三温糖 ごま油 白ごま さといも 油 ほうとう	生姜 にんにく 長ネギ にんじん ごぼう 大根 小松菜 かぼちゃ	599 24.4 26.4 2.5
24	火	＜　和食の日　＞ ふきよせごはん　牛乳 さわらの照り焼き すまし汁	油揚げ だし昆布 牛乳 さわら 油揚げ とりもも肉 なると 白玉麩	精白米 もち米 蒸し栗 つきこんにゃく 三温糖	にんじん 干ししいたけ 枝豆 たまねぎ 小松菜	585 27.9 18.9 2.8
25	水	ロールパン　牛乳 チキンチキンごぼう ジュリエンヌスープ	牛乳 とりもも肉 ベーコン	ロールパン 片栗粉 じゃがいも 油 上白糖	ごぼう 枝豆 たまねぎ にんじん キャベツ コーン	595 21.0 24.6 2.4
26	木	茶飯　牛乳 おでん 切り干し大根の甘酢漬け　ヨーグルト	牛乳 昆布 ちくわ 揚げボール 京がんも つみれ 豚肉 ウインナー ヨーグルト	精白米 大麦 さといも こんにゃく 三温糖 白すりごま	大根 にんじん 切り干し大根 生姜	582 23.5 14.0 2.8
27	金	ぶどうパン　牛乳 ちくわの磯辺揚げ 煮込みうどん	牛乳 ちくわ あおのり 卵 豚肉 油揚げ なると	ぶどうパン 薄力粉 油 ざらめ うどん	たまねぎ にんじん 長ネギ 小松菜	645 25.8 24.8 3.5
30	月	ごはん　牛乳 マーボー豆腐 煮びたし　みかん	牛乳 豚ひき肉 豆腐 赤みそ 赤だしみそ 油揚げ	精白米 大麦 油 三温糖 片栗粉 ごま油 上白糖	にんにく 生姜 にんじん 干ししいたけ たけのこ 長ネギ 白菜 小松菜 みかん	608 25.4 17.7 1.9