

4月 給食たより

小千谷市学校給食センター
2026年 4月

こんげつ 今月のめあて
きゅうしょく のこ た 給食を残さず食べよう

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

「学校給食」は「生きた教材」です！

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、**教育の一環**として、位置付けられています。



お知らせ

令和8年度学校給食費について

令和8年度の学校給食費を下記のようにお知らせします。
給食費徴収額は令和7年度と同じく、**変更はありません。**

※支援小学部は、国の政策と、小千谷市独自の子育て支援策として、市が負担することで、実質的な無償化を実現します。



中学校
総合支援学校（中学部・高等部）
総合支援学校（小学部）

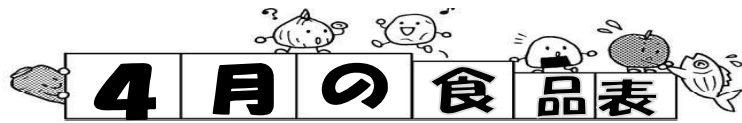
1食単価
450円
450円
380円

月額給食費
6,650円
7,000円
無償化

※2月の最終徴収で各学年の給食費を調整します。

食材費高騰により、令和8年度は、1食単価を350円→450円（小305円→380円）に値上げが必要になりますが、保護者負担軽減を目的に、市が物価高騰分1食あたり100円を負担することで、保護者額を令和7年度と同額の1食350円に据え置くことになりました。

月	火	水	木	金
7 中、東中、支援× 千田中1年、片貝中1年×	8 東中、支援× 谷1、千1、片1×	9 支援小学部1年×	10 「入学・進級お祝いメニュー」	
ごま和え めちやうま！ハンバーグ	わかめとじゃこのサラダ 豚肉のスタミナ炒め	キャベツサラダ 春巻き	いちごのお祝い クレープ 春色サラダ	
ごはん なめこのみそ汁	ごはん 白玉汁	ごはん マーボー豆腐	桜咲く ポークカレー（麦ごはん）	
684kcal/27.4g/2.1g 823kcal/32.5g/2.6g 848kcal/33.1g/2.6g	818kcal/32.2g/2.5g	828kcal/34.5g/2.7g	788kcal/24.0g/2.1g 869kcal/28.2g/2.6g 894kcal/28.6g/2.6g	748kcal/22.0g/2.0g 881kcal/31.0g/2.5g 906kcal/26.7g/2.5g
13	14	15	16	17
豚キムチ丼（麦ごはん） 水餃子の中華スープ	シャキシャキ！ ごぼうサラダ たけのこごはん 春野菜のうま煮	おかかきりざい 厚焼きたまご ごはん 沢煮梅	切干大根のナムル シューマイ（2こ） 中華めん 豆乳ごま坦々スープ	しょうゆフレンチ 鶏肉の塩からあげ ごはん 山菜のみそ汁
684kcal/27.4g/2.1g 823kcal/32.5g/2.6g 848kcal/33.1g/2.6g	611kcal/23.9g/2.1g 732kcal/28.6g/2.5g 757kcal/29.2g/2.5g	640kcal/26.1g/2.3g 761kcal/30.7g/2.4g 786kcal/31.3g/2.4g	765kcal/34.6g/3.0g 966kcal/37.7g/4.0g 981kcal/43.8g/4.0g	678kcal/26.4g/1.9g 805kcal/31.6g/2.3g 830kcal/31.6g/2.3g
20	21	22	23	24
お茶プリン 山菜きんぴら丼（麦ごはん） 切干大根のみそ汁	おからサラダ さば 鱈のしょうが煮 ごはん わかたけスープ	海藻サラダ 乳入り鶏肉の味噌味噌焼 ごはん 春の香り汁	特製ドレッシングサラダ ハムカツ ABCマカロニスープ コッパン	ヨーグルト ひじきと大豆のツナサラダ かやく加菜ごはん 具だくさんみそ汁
653kcal/24.9g/1.5g 768kcal/29.3g/1.8g 793kcal/29.9g/1.8g	697kcal/32.4g/2.6g 801kcal/35.6g/3.1g 826kcal/36.2g/3.1g	694kcal/27.9g/2.4g 801kcal/30.8g/2.5g 826kcal/31.4g/2.5g	689kcal/24.8g/3.2g 801kcal/30.8g/2.5g 852kcal/29.9g/3.8g	652kcal/29.1g/2.1g 766kcal/33.9g/2.4g 791kcal/34.5g/2.4g
27	28	29	30	
ビタミンACE(鶏卵)サラダ あかうお赤魚の塩こうじ トマトソースがけ ごはん 生揚げのカレー煮	ごしあ五色和え 生揚げとごぼうのしょうが煮 ごはん 豚汁	昭和の日 昭和の日	のり酢和え レバーのオーロラソース ごはん 豆腐スープ	
749kcal/30.1g/2.1g 889kcal/33.6g/2.4g 914kcal/34.2g/2.4g	629kcal/25.7g/2.0g 752kcal/30.1g/2.2g 777kcal/30.7g/2.2g		757kcal/28.8g/2.3g 908kcal/33.7g/2.6g 933kcal/34.3g/2.6g	
おちやしがっこうきゅうしょくセンターの紹介～ ～小千谷市学校給食センターの紹介～				
★給食を届ける学校 小千谷中学校 ひがしおちやちゅうがっこう 東小千谷中学校 ちたけちゅうがっこう 千田中学校 かたけちゅうがっこう 片貝中学校 おちやそごうしょうがっこう 小千谷総合支援学校		★食数 合計：約900食		★メンバー センター長 1名 栄養教諭 1名 調理員 13名 配送料 6名
★お知らせ 令和8年8月から牛乳がストローレスパックになります。ストローの提供がなくなり、環境に配慮した取組みです！まだ先ですが、ご承知ください。				
～給食当番は気を付けて～ ①身支度を整える！ ②体調が悪いときは無理しない！ 体調がすぐれないときは無理しないで代わって！				



4月の食品表



きょう こんだて しよくざい へんにょう
 急な献立・食材の変更もあります。
 ご了承ください。

日	曜	＜赤＞からだをつくる食品		＜緑＞からだの調子をととのえる食品		＜黄＞からだのエネルギーになる食品	
		1群(肉、魚、卵、豆等)	2群(乳、海藻、小魚等)	3群(緑黄色野菜)	4群(淡色野菜、果物、きのこ等)	5群(穀類、いも類、砂糖等)	6群(あぶら)
7	火	豚肉、豆乳、ちくわ、豆腐、油揚げ、大豆、みそ	牛乳	人参、小松菜	大根、ねぎ、なめこ、もやし、玉ねぎ	米、じゃがいも、パン粉、砂糖	油、ごま
8	水	豚肉、ツナ、鶏肉、みそ	牛乳、わかめ、ちりめん、寒天	人参、小松菜、ピーマン	大根、ねぎ、えのき、もやし、とうもろこし、玉ねぎ、にんにく、しょうが	米、白玉、砂糖	油、ごま油
9	木	春巻き、鶏肉、豆腐、大豆、みそ	牛乳、塩昆布	人参、小松菜、ニラ	キャベツ、もやし、きゅうり、玉ねぎ、ねぎ、にんにく、しょうが	米、かたくり粉、砂糖	ごま油
10	金	豚肉、大豆、ハム	牛乳	人参、小松菜	もやし、大根、梅、枝豆、玉ねぎ、しめじ、にんにく、しょうが	米、じゃがいも、砂糖、クレープ	ノイック マヨネーズ、油
13	月	豚肉、鶏肉、水餃子	牛乳	人参、チンゲン菜	玉ねぎ、キャベツ、白菜キムチ、枝豆、にんにく、しょうが、もやし、たけのこ、えのき、きくらげ	米、麦、春雨、かたくり粉、砂糖	ごま油
14	火	鶏肉、油揚げ、ハム、豚肉、生揚げ	牛乳	人参、キヌサヤ、小松菜	たけのこ、ごぼう、もやし、玉ねぎ、キャベツ、かぶ	米、じゃがいも、砂糖	ノイック マヨネーズ、油
15	水	卵、納豆、豚肉、豆腐	牛乳、かつお節	人参、キヌサヤ、小松菜、野沢菜漬け	たくあん、ごぼう、たけのこ、えのき	米、春雨	
16	木	シューマイ、ハム、豚肉、鶏肉、豆乳、みそ	牛乳	人参、小松菜、チンゲン菜	もやし、ねぎ、にんにく、しょうが、キャベツ、きゅうり、切干大根、ザーサイ	麺、砂糖	ラー油、ごま、ごま油、油
17	金	鶏肉、ハム、生揚げ、大豆、みそ	牛乳	人参、小松菜	大根、玉ねぎ、ねぎ、わらび、なめこ、もやし、にんにく、しょうが	米、米粉、かたくり粉、砂糖	油
20	月	豚肉、生揚げ、豆腐、油揚げ、大豆、みそ	牛乳	人参、小松菜	たけのこ、ごぼう、にんにく、しょうが、山菜ミックス、きくらげ、こんにゃく、切干大根、ねぎ、えのき	米、麦、お茶プリン、かたくり粉、砂糖	ごま油
21	火	さば、おから、ハム、豆腐、豚肉	牛乳、わかめ	小松菜	もやし、たけのこ、えのき、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、とうもろこし、しょうが	米、砂糖	ノイック マヨネーズ
22	水	鶏肉、ツナ、かまぼこ、豆腐	牛乳、チーズ、海藻	人参、小松菜	キャベツ、もやし、とうもろこし、ごぼう、たけのこ、ふき、かぶ、こんにゃく	米、パン粉、コーンフレーク、砂糖	ノイック マヨネーズ、ごま油
23	木	ハムカツ、ハム、ウィンナー、油揚げ	牛乳	人参、小松菜	ごぼう、キャベツ、もやし、とうもろこし、玉ねぎ、にんにく、大根、ねぎ、セロリー	パン、じゃがいも、マカロニ、砂糖	油
24	金	鶏肉、油揚げ、大豆、ツナ、豚肉、みそ	牛乳、ひじき、ヨーグルト	人参、小松菜	もやし、玉ねぎ、ねぎ、えのき、こんにゃく、キャベツ、きゅうり、ごぼう	米、砂糖	油
27	月	赤魚、ハム、豚肉、生揚げ	牛乳	人参、いんげん、ブロッコリー、パプリカ、トマト	キャベツ、きゅうり、とうもろこし、玉ねぎ、にんにく	米、じゃがいも、かたくり粉、砂糖	オリーブ油、油
28	火	生揚げ、ハム、豚肉、豆腐、大豆、みそ	牛乳、わかめ	人参、小松菜	大根、ごぼう、ねぎ、えのき、こんにゃく、もやし、とうもろこし、しょうが	米、じゃがいも、砂糖	油
30	水	豚肉、豚レバー、みそ、ツナ、豆腐、油揚げ、ベーコン	牛乳、寒天、のり	人参、小松菜	もやし、とうもろこし、ねぎ、レモン、しょうが	米、フライドポテト、かたくり粉、砂糖	ノイック マヨネーズ