



4月学校給食献立表



令和6年度

秩父第一小学校共同調理場

日	曜日	しゅ しょく 主 食	ぎゅうにゅう 牛 乳	お か ず	ねつ ちから 熱や力のもとになる	ち にく ほねや ば 血や肉・ほねや歯になる	からだの ちょうし 調子をととのえる	エネルギー	たんぱく質
					しょくひん 食品(きいろ)	しょくひん 食品(あか)	しょくひん 食品(みどり)	kcal	g
10	水	わかめごはん	牛乳	あつあげのチャオサイ はるさめサラダ(パンパンジードレッシング) プリン	ごはん あぶら さとう かたくりこ はるさめ こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく だいず とうにゅう	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが こまつな もやし	636	25.8
11	木	はちみつパン	牛乳	ナポリタンスパゲティ ウインナーのたまごまき グリーンサラダ(イタリアンドレッシング)	パン スパゲティ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ハム ウインナー たまご だいず	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム ピーマン キャベツ ブロッコリー えだまめ りんご	641	25.4
12	金	ごはん	牛乳	とんじる さばのみそに ごまあえ	ごはん じゃがいも ごまあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく さば だいず	だいこん ごぼう ねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ	608	27.0
15	月	ごはん	牛乳	はっぼうさい あげぎょうざ② だいずもやしナムル(かんこくナムルドレッシング)	ごはん あぶら かたくりこ こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび だいず とりにく	にんじん ねぎ キャベツ たまねぎ いんげん しょうが しいたけ たけのこ こまつな	627	27.0
16	火	バターロール	牛乳	ABCマカロニスープ とりにくのバーベキューソース はなやさいサラダ(たまねぎドレッシング)	パン マカロニ さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう トマト りんご にんにく カリフラワー ブロッコリー	642	27.9
17	水	じごなうどん	牛乳	わかめうどん あじフリッター①②※ きりぼしだいこんサラダ(わふうドレッシング)	じごなうどん さとう こむぎこ ごめこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく わかめ なた あじ だいず	にんじん ねぎ たまねぎ ほうれんそう しいたけ だいこん キャベツ	639	26.0
18	木	ごはん	牛乳	こまつなのみそしる キャベツメンチカツ ごもくきんぴら	ごはん あぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ(すけそうだら)	こまつな だいこん にんじん たまねぎ キャベツ ごぼう こんにゃく れんこん	608	23.1
19	金	ごはん	牛乳	ポークカレー あわせるゼリー(いちごゼリー) チーズ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ナタデココ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト いちご 缶詰(みかん、パイン、おうとう)	687	24.4
22	月	ごはん	牛乳	かきたまじる とりにくのからあげ② たくあんあえ	ごはん かたくりこ こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう たまご わかめ とりにく かまぼこ(すけそうだら)	たまねぎ にんじん だいこん もやし キャベツ ほうれんそう	615	21.9
23	火	ツイストパン	牛乳	コーンポタージュ たこナゲット② ブロッコリーサラダ(たまねぎドレッシング)	パン じゃがいも バター あぶら さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく たこ いか たちうお だいず	コーン たまねぎ にんじん パセリ ブロッコリー キャベツ	647	21.7
24	水	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン はるまき チョレギサラダ(しおドレッシング)	ちゅうかめん あぶら ごま こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ のり はるまき(えび) とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな コーン にんにく しょうが たけのこ	645	24.7
25	木	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 えびしゅうまい② こまつなのちゅうかサラダ(ちゅうかドレッシング)	ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく たらすりみ えび だいず	たけのこ しいたけ たまねぎ にんじん たら ねぎ にんにく しょうが こまつな もやし	613	26.2
26	金	たけのこごはん	牛乳	さわにわん しろみざかなフライ(パックソース) ヨーグルト	ごはん さとう あぶら かたくりこ こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく たら だいず ヨーグルト	たけのこ にんじん えだまめ だいこん ごぼう しいたけ ほうれんそう	617	29.0
30	火	こどもパン スライス	牛乳	コンソメスープ てりやきハンバーグ こまつなサラダ	パン じゃがいも さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく だいず	にんじん たまねぎ キャベツ りんご こまつな コーン	625	24.3

☆物資の都合により給食献立の内容が変更になることがあります。ご了承ください。

☆給食のない日については、各学校のおたよりで確認してください。

※あじフリッター：1・2年1個、3～6年2個。

給食当番の身じたくチェック

ぼうしにかみのけを
いれた

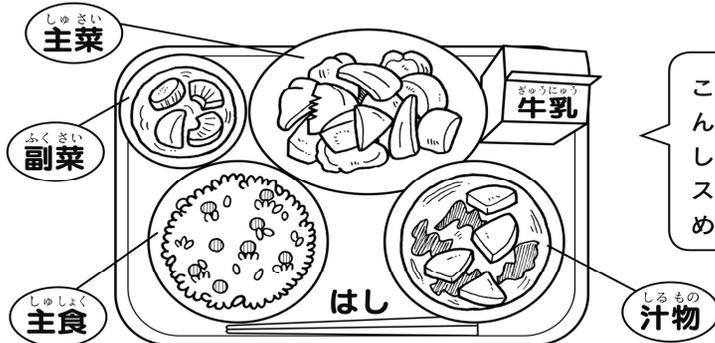
マスクは
はなとくちを
おおっている

キレイな
給食着を
きている



てをせっけん
できれいに
あらった

配ぜん 正しい置き方をしていますか？



これを参考に自分の配ぜんを
チェックしてみま
しょう。正しい配ぜんは
スムーズに食事をするた
めの第一歩です。

保護者の方へ

みんなで気持ちよく給食の
準備ができるように、白衣の
洗濯や清潔なマスクの持参も
お願いします。

あっという間にみんなと 同じくらいの背の高さに！

たけのこは1日に10cm以上、また時には
1m以上も伸びることがあります。ですから、
旬の時期はたけのこを掘るために、農家の人は
大変な忙しさです。この時期しか味わえない旬
のたけのこを、たけのこごはんや若竹汁で味
わってみましょう。

