

# 4月の予定献立表

令和5年度

日 曜	パ ン	牛 乳	給食目標 ・手洗いをし、ランチョンマットをしき、静かに座って待ちましょう。 ・給食当番は、白衣・帽子・マスクを身につけて配膳しましょう。			給食回数 13回	給食目録	ざいりょうのはたらき	※こんだてメモ
			こんだてめい	ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)				
12	水	○	さくらのはなごはん さけのしおやき はるやさいのにも きよみオレンジ	こめもちこめ ごま じゃがいも さとう あぶら	いんようぎゅうにゅう さけ かまぼこ とうふ	さくらのはな にんじん こんにやく さやえんどう たけのこ きよみオレンジ			
13	木	○	ちゅうかどん わかめスープ りんご	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら じゃがいも ごま	いんようぎゅうにゅう えび いか ぶたにく うずらたまご わかめ とうふ とりにく	にんじん たまねぎ たけのこ はくさい チンゲンサイ ねぎ しょうが こねぎ りんご			
14	金	○	いちごバター ポトフ さんしょくソテー	ホットケーキミックス さとう あぶら バター いちごジャム じゃがいも	いんようぎゅうにゅう ぎゅうにゅう たまご とりにく ウイナー ハム	にんじん かぶ たまねぎ にんにく こまつな とうもろこし			
17	月	○	ごはん とりにくのしょうがやき はなやさいのソテー じゃがいものみそしる	こめ さとう あぶら じゃがいも	いんようぎゅうにゅう とりにく わかめ あぶらあげ みそ	しょうが ブロッコリー しめじ にんじん キャベツ だいこん		1ねんせいのおきゅうしよくは、 18日(火)からです。 	
18	火	○	チキンカレーライス ポイルやさしい コーンドレッシング ※セミノール	こめ むぎ じゃがいも あぶら バター こむぎこ パスタ ドレッシング	いんようぎゅうにゅう とりにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー うど どうもろこし セミノール		※セミノール、カラマンダリンは 柑橘系の果物です 	
19	水	○	やきそば トックいりちゅうかスープ とうふドーナツ	ちゅうかめん あぶら トック さとう ホットケーキミックス	いんようぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ とりにく とうふ	キャベツ もやし にんじん ピーマン きくらげ たけのこ ねぎ こまつな しょうが			
20	木	○	マカロニグラタン キャベツのスープに ミックスフルーツ	パン(にゅう) あぶら マカロニ さとう こむぎこ バター パンこ	いんようぎゅうにゅう とりにく ベーコン ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく かんてん	たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ にんじん しめじ さやいんげん どうもろこし りんご もも なし			
21	金	○	わかなごはん ※おこのみあげ まめとんじる いちご (2こ)	こめ ごま でんぶん あぶら じゃがいも	いんようぎゅうにゅう たら しらす あおのり かつおぶし だいたず ぶたにく とうふ みそ	なめしのもと キャベツ ねぎ にんじん だいこん ごぼう こんにやく こまつな いちご		※たらのすり身に野菜を混ぜて成 形し、油で揚げて作る手作りさつ ま揚げです。 	
24	月	○	たけのこごはん ちくわとにぎすのあげもの けんちんじる ※カラマンダリン	こめ さとう こむぎこ でんぶん あぶら さといも ごまあぶら	いんようぎゅうにゅう あぶらあげ ちくわ にぎす あおのり とりにく とうふ	たけのこ にんじん さやえんどう こまつな ごぼう こんにやく ねぎ だいこん カラマンダリン			
25	火	○	ベーコンとあおなのオムレツ トマトソース こふきいも コーンスープ	パン(にゅう) あぶら さとう じゃがいも こむぎこ バター	ジョア たまご ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ほうれんそう たまねぎ とうもろこし どうもろこし パセリ			
26	水	○	たまごチャーハン ワンタンスープ みかんゼリー	こめ むぎ あぶら でんぶん ワンタンのかわ ごまあぶら みかんゼリー	いんようぎゅうにゅう なると ぶたにく たまご	にんじん ねぎ グリンピース しょうが はくさい しいたけ なら		今月の立川産 こまつな・うど 	
27	木	○	やきおにぎり なまあげのみそそば もずくいりかきたまスープ りんご	こめ さとう でんぶん あぶら	いんようぎゅうにゅう しらす かつおぶし なまあげ ぶたにく みそ とりにく もずく たまご	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ こまつな たけのこ えのきたけ しょうが りんご			
28	金	○	カレーうどん ごもくにまめ	むしパンミックス あぶら でんぶん ごまあぶら うどん さとう	いんようぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ かまぼこ とりにく だいたず こぶ さつまあげ	たまねぎ しょうが にんじん ねぎ こまつな ごぼう こんにやく		※蒸しパンミックス粉で作る人気 メニューです。裏面にレシピを 載せました。	

\*都合により献立が変更になることもあります。  
\*学校給食では、様々な食品を使用します。  
今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	617kcal	摂取エネルギー全体の 15%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

\*学校給食における食物アレルギー対応方針は  
ホームページからご覧になれます。  
下記QRコードからアクセスしてください。



<アレルギー対応方針>



## 保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……………

子どもたちが健やかに成長していくために、安全で栄養バランスのよい給食を提供していきます。  
学校図書館と給食のコラボメニューやオリンピック・パラリンピックメニューなども取り入れていきま  
す。毎日、生きた教材としての「学校給食」をぜひご活用ください。  
また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品  
がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

給食着の洗濯にご協力をお願いします。……………

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けを行います。給食当番をした週  
の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯をして、次の登校時に持たせてください。

