

4月の予定献立表(小学校)



令和6年度

日曜	のみの	給食目標			こんだてメモ
		給食回数 12回	給食について知ろう		
			ざいりょうのはたらき		
こんだて		ちからやねつになるもと(き)	ちやにくになるもと(あか)	からだのちょうしをととのえるもと(みどり)	
12金	ごはん ちくわのニコニコあげ(2こ) はるやさいのにも カラオレンジ	こめ こむぎこ パンこ あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ちくわ ぶたにく	にんじん たまねぎ たけのこ ふき ごぼう しいたけ こんにやく さやえんどう カラオレンジ	 今回の絵本は、 柴田 ケイコ 作 『パンダのおさじとフライパンダ』です。 このお話から給食に 登場するのは 19日の『ハンバーグ』です ~今月の注目!!食材~ 4月は… たけのこ たけのこは、今が旬の春野菜です。 缶詰やパックのものは一年中見かけますが、採れたてをゆでたたけのこは、今の時期しか味わえません。 たけのこの風味を味わってください。 また、たけのこには、おなかやからだの調子を整えるはたらきの食物せんいやカリウムという栄養素を含んでいます。 12日(金)には、 「はるやさいのにも」 26日(金)には、 「たけのこごはん」 は、新たけのこを使って作ります。 今が旬のおいしいたけのこを味わって食べてください。 各小学校にポスターも掲示しているので、ぜひ見てみてください。
15月	ごはん さわらのしおこうじやき きゅうりとささみのあえもの とんじる	こめ さとう あぶら さといも	ぎゅうにゅう さわら とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	きゅうり キャベツ にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにやく しょうが	
16火	マーボーどん ワンタンスープ いちご(2つ)	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ とりにく	にんじん ビーマン ねぎ にんにく しょうが たまねぎ えのきたけ いら いちご	
17水	ごはん とりにくのあまからあげ ピリからきゅうり さわにわん	こめ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ	きゅうり しょうが だいこん にんじん ごぼう たけのこ ねぎ しいたけ さやえんどう	
18木	ジャージャーめん トックいりわかめスープ みかんゼリー	ちゅうかめん あぶら トック ごまあぶら トック みかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ わかめ とりにく	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ	
19金	ごはん ハンバーグ(ソース) きんぴらごぼう だいこんとあぶらあげのみそしる	こめ あぶら パンこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ トマト ごぼう にんじん れんこん こんにやく だいこん えのきたけ みずな ねぎ	
22月	ベジタブルドライカレー かぼちゃサラダ	こめ あぶら こむぎこ バター じゃがいも コーンクリーミードレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	たまねぎ ビーマン パプリカ セロリー キャベツ にんにく しょうが かぼちゃ とうもろこし きゅうり	
23火	セルフさけフライバーガー (かしわおりパン、さけフライ、ソース) トマトペンネ まめとやさいのスープに	かしわおりパン こむぎこ パンこ あぶら マカロニ	ぎゅうにゅう さけ ベーコン ウィナー とりにく いんげんまめ	たまねぎ にんじん ビーマン エリンギ セロリー かぶ キャベツ	
24水	ごはん こまいのからあげ(2ほん) にくじゃが はくさいのあえもの	こめ でんぶん あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう こまい ぶたにく わかめ	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん しいたけ はくさい もやし えのきたけ ゆず	
25木	ソフトフランスパン チキンマカロニグラタン キャベツのスープに ミックスフルーツ	ソフトフランスパン マカロニ あぶら こむぎこ バター パンこ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ にんじん さやいんげん もも みかん パインアップル	
26金	たけのこごはん しらすいりたまごやき さつまじる ぶどうゼリー	こめ さとう あぶら さつまいも ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご しらすほし わかめ とりにく とうふ みそ	たけのこ にんじん さやえんどう みつば だいこん こんにやく ねぎ しめじ みずな	
30火	シュガートースト だいずいりポークシチュー こんにやくとかいそうのサラダ	しよくパン バター さとう じゃがいも あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ かいそうミックス	たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり こんにやく とうもろこし	

*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。
 *立川市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。



〈立川市学校給食におけるアレルギー対応方針〉



〈給食の写真〉

基準	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	629kcal	摂取エネルギー全体の 16%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

東調理場 <<みんなのくるりんキッチン>>



令和6年度4月より、「無償化」されます。

保護者の方の手続きは、必要ありません。

今年度も給食が始まります!
 ~安全安心でおいしい給食をつくります!~

【1年生 給食開始日】
 12日(金) 第一小、第六小、第八小
 15日(月) 第三小

【2~6年生給食開始日】
 12日(金) 全校
 16日(火) 第四小 17日(水) 第二小
 18日(木) 第七小 23日(火) 第五小



~ 白衣について ~

お子様が給食当番を担当した場合、週末に給食当番の白衣一式を持ち帰ります。洗濯をして、翌週持たせてください。
 ほころび等ございましたら、簡単な繕いをしていただくと幸いです。

おもいやりスプーン

はしだけでは食べにくい献立の時は、
 1年生のみスプーンがつかえます。
 (1学期のみ)



Instagramで当日の給食を配信中!



- 写真つきで紹介!
- 毎日の給食
 - 調理場の特徴
 - 給食のレシピ

TACHIKAWA, GAKHOYUUSHOKU