



4月分学校給食予定献立表



令和6年度

【目標】きゅうしょくのきまりをまもってたのしくたべよう

所沢市富岡小学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 主な食品名 | | | エネルギー kcal | たん白質 g | | |
|-----------|--|---------------------|---|---|---|---|--------|------|------|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | | | | |
| | | | 働く力や熱になる食品 | 血や骨や肉になる食品 | 体の調子を整える食品 | | | | |
| 進級おめでとう献立 | | | | | | | | | |
| 10 | 水 | おいわいずし | 牛乳 とりにくのおこうじやき パンサンスー みそしる | こめ、さとう、ごま、 あぶら、はるさめ | とり肉、たまご、かまぼこ、 牛乳、ハム、とうふ、 あぶらあげ、わかめ、みそ | にんじん、なのはな、れんこん、 かんぴょう、しいたけ、きゅうり、 だいこん、たまねぎ | 534 | 25.6 | |
| 11 | 木 | しおラーメン | 牛乳 ジャンボしゅうまい オレンジ | ちゅうかめん、あぶら、 さとう、かたくりこ、 しゅうまいのかわ | 牛乳、ぶた肉、とうふ | にんじん、キャベツ、こまつな、 もやし、たまねぎ、ねぎ、 にんにく、しょうが、きくらげ、 とうもろこし、オレンジ | 565 | 28.1 | |
| 12 | 金 | とりごぼう ピラフ | 牛乳 しろみざかなのフライ キャベツとパインのサラダ コンソメスープ | こめ、バター、あぶら、 こむぎこ、パンこ、さとう | とり肉、牛乳、ホキ、 ベーコン | ごぼう、とうもろこし、たまねぎ、 ピーマン、キャベツ、きゅうり、 パイン、にんじん、ほうれん草 | 571 | 25.1 | |
| 15 | 月 | ごはん | 牛乳 ぶたにくのしょうがやき れんこんサラダ しんじやがいものそぼろに | こめ、あぶら、さとう、 かたくりこ、ごま、 マヨネーズ、じゃがいも | 牛乳、ぶた肉、とり肉、 さつまあげ | しょうが、たまねぎ、れんこん、 とうもろこし、こんにゃく、 にんじん、しいたけ、いんげん | 602 | 26.1 | |
| 16 | 火 | シュガー あげパン | 牛乳 Tandoriチキン アスパラサラダ かぶのスープ | パン、さとう、あぶら | 牛乳、とり肉、ヨーグルト、 ベーコン | しょうが、にんにく、アスパラ、 キャベツ、きゅうり、にんじん とうもろこし、たまねぎ、かぶ、 こまつな | 527 | 22.6 | |
| 17 | 水 | ぶたキムチ どん | 牛乳 ごまあえ なまあげのみそしる | こめ、あぶら、さとう、 かたくりこ、ごま | 牛乳、ぶた肉、なまあげ、 みそ | キムチ、にら、しょうが、もやし、 たまねぎ、にんにく、ねぎ、 ほうれん草、にんじん、こまつな | 532 | 25.3 | |
| 18 | 木 | こまつなとじゃこ のスパゲッティ | 牛乳 トマトとたまごのスープ とうみょうツナサラダ ヨーグルト | スパゲッティ、あぶら、 バター、かたくりこ、さとう | ベーコン、ちりめんじゃこ、 のり、牛乳、たまご、ツナ、 ヨーグルト | にんにく、たまねぎ、キャベツ、 きりぼしだいこん、エリンギ、 こまつな、トマト、とうみょう | 547 | 26.8 | |
| 19 | 金 | ごはん | 牛乳 イカのガーリックあげ きゅうりとかぶの オイルづけ マーボーとうふ | こめ、かたくりこ、あぶら、 さとう | 牛乳、イカ、ぶた肉、 とうふ、みそ | にんにく、きゅうり、かぶ、 にんじん、ねぎ、にら、しょうが、 しいたけ、たけのこ | 577 | 27.8 | |
| 1年生給食開始 | | | | | | | | | |
| 22 | 月 | わかめごはん | 牛乳 てづくりハンバーグ (おろしソース) わふうマカロニサラダ みそしる | こめ、パンこ、あぶら、 さとう、かたくりこ、 マカロニ、マヨネーズ、 じゃがいも | わかめ、牛乳、ぶた肉、 とうふ、たまご、ハム、 あぶらあげ、みそ | たまねぎ、だいこん、しょうが、 きゅうり、キャベツ、にんじん、 とうもろこし | 612 | 27.3 | |
| 23 | 火 | ホットドック | 牛乳 コールスローサラダ ホワイトシチュー | パン、さとう、あぶら、 じゃがいも、こむぎこ、 バター | 牛乳、ウインナー、とり肉、 だっしぶんにゅう | たまねぎ、キャベツ、 とうもろこし、にんじん | 599 | 26.0 | |
| 開校記念日 | | | | | | | | | |
| 24 | 水 | そぼろずし | 牛乳 とりにくのやくみソースがけ キャベツのおかかあえ すましじる てづくりゼリー | こめ、さとう、あぶら、 かたくりこ | とり肉、たまご、牛乳、 かつおぶし、とうふ、 かんでん | しょうが、にんじん、いんげん、 ねぎ、キャベツ、ほうれん草、 りんご、もも | 568 | 27.0 | |
| 25 | 木 | こまみそ うどん | 牛乳 ちくわのいそべあげ みかんヨーグルト | うどん、ごま、こむぎこ、 あぶら、さとう | 牛乳、ぶた肉、あぶらあげ、 みそ、ちくわ、あおのり、 ヨーグルト | にんじん、ねぎ、みずな、 しいたけ、なつみかん、みかん | 582 | 27.0 | |
| 26 | 金 | ごはん | 牛乳 サバのぶなかほし いそあえ にくじゃが | こめ、さとう、じゃがいも、 あぶら | 牛乳、サバぶなかほし、 のり、ぶた肉 | こまつな、もやし、しらたき、 たまねぎ、にんじん | 594 | 26.3 | |
| 30 | 火 | ライスボール パン | 牛乳 とりにくとじゃがいもの ハニーマスタードあえ イタリアンサラダ コーンポタージュ | パン、じゃがいも、あぶら、 はちみつ、さとう、 こむぎこ、バター | 牛乳、とり肉、なまクリーム | にんにく、きゅうり、キャベツ、 みずな、とうもろこし、たまねぎ | 624 | 22.2 | |
| 14回 | <p>*材料の入荷の都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。 *献立表は、食物アレルギー用の資料ではありません。ご心配な方はお問い合わせください。 *箸は毎日洗って持ってきてましよう。持ち物には必ず名前を書きましよう。 *この紙が不要になりましたら、「雑がみ」としてお出しください。「雑がみ」は貴重な資源です。 *各献立のくわしい材料等が知りたい方は、富岡小学校までお問い合わせください。 (☎ 04-2942-0304) *毎日の給食は富岡小学校ホームページに掲載しています。ぜひ、ご覧ください。</p> | | | | | | 平均栄養量 | 574 | 25.9 |



- おはし、ナフキン、ハンカチ、マスクをわすれずにもってましよう
- たべるまえには、てをあらいましよう
- しせいよくたべましよう



給食当番は身支度も大切な仕事です

- ★つめは短く切りましよう
- ★石けんでしっかり手洗いをましよう
- ★マスクをきちんとつけましよう
- ★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましよう
- ★お願い
お子さんが白衣などをもち帰った際に洗濯をお願いましよう。