

令和6年 4月分 学校給食献立予定表

藤沢東小学校

献立名				主な材料名			エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)
日曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
10 水	ごはん	マーボー豆腐 じゃこの炒り煮 ナムル		ごはん でんぱん さとう しろうま なたねあぶら	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく あかみそ ちりめんじゃこ	もやし ながねぎ こまつな にんじん にら ほししいたけ ねしょうが にんにく	624 30.5 537
11 木	イギリス食パン (いちごジャム)	チキンチーズカツ キャベツのソテー ミネストラスープ		イギリスしよくパン いちごジャム パンこ なたねあぶら こむぎこ 江蘇加 オリーブ油	ぎゅうにゅう とりにつ チーズ ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん ホールトマト セロリ にんにく	648 32.5 354
12 金	とりにんぼん 鶏南蛮うどん	みかんの煮しけーキ おひたし(のらぼうな)		じごなうどん こむぎこ さとう バター でんぱん なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにつ たまご あぶらあげ	たまねぎ もやし かきな にんじん ながねぎ オレンジ ジュース みかかん	647 23.6 354
15 月	【1年生ならし給食】クロワッサン 牛乳			クロワッサン	ぎゅうにゅう		
	焼き鳥丼	沢煮鮭 ツナと野菜のごま酢和え		ごはん なたねあぶら でんぱん こめこ さとう しろうま	ぎゅうにゅう とりにつ ツナ あかみそ しろうま	ほうれんそう ながねぎ たまねぎ えのきたけ ごぼう こまつな にんじん きりぼしだいこん	673 27.8 331
16 火	子どもパン (1年生はパンなし)	焼きそば フルーツポンチ		むしちゅうかめん こどもパン なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あおさ	きゃべつ もやし たまねぎ りんごかん みかかん おうとうかん バイナッブル	609 20.6 289
17 水	カレーライス	華風サラダ		ごはん じゃがいも こむぎこ はるさめ バター なたねあぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ もやし にんじん きゃべつ ねしょうが にんにく	633 21.6 273
18 木	たけのこごはん	鱈の唐揚げ みそ汁		せいはくまい さとう なたねあぶら べいりゅうばく でんぱん こめこ	ぎゅうにゅう さわら とりにつ どうふ あぶらあげ あかみそ しろうま わかめ	たけのこ にんじん ながねぎ えのきたけ さやえんどう	626 29.8 315
19 金	ガーリックフランス (1年生はパンなし)	スパゲティナポリタン フレンチサラダ		パケット スパゲティ なたねあぶら バター オリーブ油 さとう	ぎゅうにゅう カナディアンベーコン エダムパウダー	たまねぎ きゃべつ にんじん コーン マッシュルーム きゅうり ピーマン にんにく	614 23.4 298
22 月	ココアパン	鶏肉と野菜の煮込み 清見オレンジ		ツイストパン じゃがいも さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにつ ココア	きよみオレンジ たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム	612 21.7 293
23 火	みそラーメン	じゃが芋のフワフワ揚げ きゅうりの中華風漬物		じゃがいも ごまあぶら ホットラーメン さとう おろしキャベツ こむぎこ なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ	きゅうり たまねぎ もやし きゃべつ にんじん にら にんにく ねしょうが	627 25.5 296
24 水	チキンライス	野菜スープ ヨーグルト		せいはくまい じゃがいも バター べいりゅうばく なたねあぶら	ぎゅうにゅう ヨーグルト とりにつ ベーコン	たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム	609 26.5 356
25 木	ツナそばろご飯	豚肉と白滝の炒めもの もずく汁		むぎごはん しろうま なたねあぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく もずく	しらたき たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな さやえんどう ねしょうが	631 26.1 318
26 金	入学進級お祝い献立 赤飯	おかか煮 山海汁 りんごゼリー		せきはん さとう しろうま なたねあぶら	ぎゅうにゅう わかめ うずらたまご さつまあげ かまぼこ はなかつお とりにつ	りんごジュース たけのこ こんにゃく りんごかん おうとうかん にんじん ながねぎ こなかつお	651 26.5 295
30 火	ツイストパン	春野菜のクリーム煮 キャロットドレッシングサラダ		ツイストパン じゃがいも こむぎこ なたねあぶら バター さとう	ぎゅうにゅう とりにつ	たまねぎ きゃべつ かぶ にんじん きゅうり コーン	611 22.3 338
給食回数				《14回》			630
				平均栄養量			25.1
							332

※都合により献立を変更することがあります。

新年度がスタートしました。ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校給食は子供たちの体と心の成長を支えるために、栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れて安全・安心な食事を毎日作っています。4月はクラスも変わり、1年生は学校給食が初めてなので、配膳がしやすく、食べやすいメニューにしています。ご家庭で献立表を見ながら、どんな食材が入っていたか、どんな味付けだったかなど、話題にしてみてください。1年間よろしくお願いいたします。

給食室のメンバーを紹介します！		
調理員	中村 幸代	徳重 絵麻
	とくしげ ま	一杉 和代
	いちすぎ かずよ	たけうち なみ
	竹内 奈緒美	かじやま
	梶山 みづき	にしやま
栄養教諭	西山 幸恵	



調理員からのメッセージ

昨年よりもおいしい給食を目指します!!!

今年度より、
献立表はA4サイズとなります。

お知らせ



給食費の引き落としは、5月からです。
よろしくお願いいたします。



◎給食費の引き落としについて

4・5月分の給食費について、2ヶ月分を5月に引き落としさせていただきます。
給食費は、一か月 4,400円です。(1年生のみ、4月は金額が異なります)
詳細は後日改めてお知らせいたします。残高のご確認をお願いいたします。