



4月学校給食献立表



令和8年度

秩父第一小学校共同調理場

日	曜日	主 食	牛 乳	お か ず	熱 ちから や力のもとになる 食 品(きいろ)	血 や肉・ほねや歯 になる 食 品(あか)	からだの調子をととのえる 食 品(みどり)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
10	金	わかめごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに あつやきたまご こまつなサラダ	ごはん じゃがいも さとう あぶら かたくりこ こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご だいず	たまねぎ にんじん いんげん こまつな キャベツ コーン	612	23.5
13	月	ごはん	牛乳	あつあげのごもくに コーンしゅうまい② はるさめサラダ(パンバンジードレッシング)	ごはん あぶら さとう こむぎこ はるさめ ごま	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん たけのこ いんげん コーン こまつな もやし	634	25.4
14	火	こどもパン スライス	牛乳	ABCマカロニスープ ハンバーグデミグラスソース はなやさいサラダ(たまねぎドレッシング)	パン じゃがいも マカロニ さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな セロリ トマト カリフラワー ブロッコリー	614	24.3
15	水	じごなうどん	牛乳	わかめうどん ちくわのいそべあげ①②※ きりぼしだいこんのサラダ(ちゅうかドレ)	じごなうどん さとう かたくりこ こむぎこ あぶら ごま	ぎゅうにゅう とりにく なんと ちくわ あおのり だいず	にんじん ねぎ たまねぎ ほうれんそう だいこん もやし キャベツ	667	28.4
16	木	ごはん	牛乳	かみなりじる さばのみそに いそかあえ	ごはん じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう とうふ さつまあげ あぶらあげ さば のり	ねぎ にんじん だいこん こんにやく ほうれんそう キャベツ もやし	623	26.1
17	金	ごはん	牛乳	たんたんふうスープ ヤンニョムチキン チョレギサラダ(かんこくナムルドレ)	ごはん ごまあぶら はるさめ かたくりこ さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず わかめ のり	しょうが にんにく ほうさい もやし なら ねぎ にんじん トマト キャベツ	628	27.5
20	月	ごはん	牛乳	とんじる とりにくのからあげ しおこんぶあえ	ごはん じゃがいも ごまあぶら こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりにく だいず こんぶ	だいこん ねぎ にんじん こまつな キャベツ	624	24.2
21	火	あつぎりしよくパン チョコクリーム	牛乳	コーンポタージュ イラストロケ(ポテくま&ぶめるお祝い) グリーンサラダ(イタリアンドレッシング)	パン さとう こむぎこ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう とりにく だいず ぶたにく	コーン たまねぎ にんじん パセリ キャベツ ブロッコリー えだまめ	652	22.4
22	水	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン はるまき ほうれんそうのナムル(かんこくナムルドレ)	ちゅうかめん あぶら ごま こむぎこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく はるまき(大豆・鶏・豚・えび)	キャベツ たまねぎ にんじん もやし こまつな コーン ほうれんそう だいずもやし	677	26.2
23	木	こぎつねごはん	牛乳	わかたけじる さけフライ ヨーグルト	ごはん あぶら さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ かまぼこ わかめ さけ	にんじん しめじ しょうが たけのこ ねぎ	685	30.5
24	金	ごはん	牛乳	チキンカレー キラキラフルーツゼリー チーズ	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう あぶら ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ゼリー(豆乳)	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト カットゼリー(りんご・もも) 果物缶詰(みかん・パイナップル・黄桃)	674	23.4
27	月	チキンライス	牛乳	ポトフスープ かぼちゃひきにくフライ いちごゼリー	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー ぶたにく だいず	にんじん たまねぎ えだまめ トマト キャベツ フライ(りんご) ゼリー(いちご)	675	24.8
28	火	コッペパン スライス	牛乳	ペンネのミートソース チキンナゲット② コールスローサラダ(コーンドレッシング)	パン ペンネ あぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが トマト キャベツ コーン	678	26.5
30	木	はちみつパン	牛乳	はるさめスープ ハムカツ(パックソース) ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	パン はるさめ あぶら こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう とりにく だいず ひじき ハムカツ(豚・鶏・乳・大豆)	にんじん たまねぎ こまつな ごぼう れんこん いんげん	643	23.7

☆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。

※ちくわの磯辺あげ：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？

主菜、副菜、主食、汁物、牛乳

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、白衣やエプロン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。