



4月学校給食献立表



令和7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 力 食 品 (きいろ)	血 肉・ほねや歯 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	木	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ オムレツ コールスローサラダ(コーンドレッシング)	パン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう だいにず ベーコン ぶたにく たまご	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく トマト りんご キャベツ コーン	621	27.5
11	金	ごはん	牛乳	キャベツのみそしる あじつきキンカツ ごもくきんぴら	ごはん あぶら さとう こむぎこ かたくりこ	ぎゅうにゅう とりにく だいにず ちくわ ぶたにく	キャベツ だいこん にんじん たまねぎ ごぼう こんにやく れんこん	625	26.8
14	月	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに かまぼこのみりんやき①②※ たくあんあえ	ごはん じゃがいも さとう あぶら かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	たまねぎ にんじん いんげん だいこん もやし キャベツ ほうれんそう	636	24.7
15	火	はちみつパン	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 マカロニ さとう かたくりこ こむぎこ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく だいにず	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな りんご カリフラワー ブロッコリー	612	25.4
16	水	じごなうどん	牛乳	きつねうどん いかのてんぷら ごまあえ	じごなうどん さとう こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく いか たまご だいにず	にんじん ねぎ こまつな しいたけ ほうれんそう キャベツ	622	25.0
17	木	わかめごはん	牛乳	あつあげのごもくに こまつなあえ いちごゼリー	わかめごはん あぶら さとう かたくりこ ゼリー	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく	たまねぎ にんじん たけのこ いんげん こまつな キャベツ コーン いちご	620	25.4
18	金	ごはん	牛乳	とんじる しろみざかなのなんばんづけ きりぼしだいこんのサラダ	ごはん じゃがいも ごまあぶら あぶら かたくりこ さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく たら だいにず	だいこん ごぼう ねぎ にんじん キャベツ	624	27.2
21	月	ごはん	牛乳	にくどんのぐ あじフリッター② おひたし	ごはん あぶら さとう こむぎこ こめこ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ かまぼこ あじ だいにず	たまねぎ にんじん いんげん しらたき キャベツ ほうれんそう もやし	625	28.7
22	火	コッペパン スライス	牛乳	ソースやきそば ウインナーケチャップソース ブロッコリーサラダ(たまねぎドレッシング)	パン こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく さけ だいにず かつおぶし	キャベツ もやし たまねぎ にんじん りんご トマト ブロッコリー	627	27.3
23	水	たけのこごはん	牛乳	かきたまじる さばのみそに ヨーグルト	ごはん さとう あぶら かたくりこ こめこ	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ わかめ かまぼこ さば だいにず ヨーグルト	たけのこ にんじん えだまめ たまねぎ	654	31.7
24	木	ココアマール しよくパン	牛乳	コーンポタージュ たこナゲット② グリーンサラダ(イタリアンドレッシング)	パン じゃがいも こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく たこ いか たちうお だいにず	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	628	26.2
25	金	ごはん	牛乳	チキンカレー ちちぶこんにやくサラダ(しおちゅうかドレ) パリッシュ	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく かたくちいわし	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト りんご こんにやく こまつな コーン	623	24.5
28	月	ごはん	牛乳	とうふのうまに はるさめサラダ(パンバンジードレッシング) プリン	ごはん あぶら かたくりこ はるさめ こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいにず とうにゅう(プリン)	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン たけのこ きくらげ にんにく しょうが こまつな もやし	627	25.8
30	水	ちゅうかめん	牛乳	ごまみそラーメン あげギョウザ② 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 さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいにず	キャベツ もやし たまねぎ にんじん にんにく しょうが ほうれんそう だいにずもやし	642	27.0

☆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。

※かまぼこのみりん焼き: 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。