



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 ^{ねつ} や力 ^{ちから} のもとになる 食 ^{しょく} 品 ^{ひん} (きいろ)	血 ^ち や肉 ^{にく} ・ほねや歯 ^は になる 食 ^{しょく} 品 ^{ひん} (あか)	からだの調 ^{ちょう} 子をととのえる 食 ^{しょく} 品 ^{ひん} (みどり)	エネルギー kcal	たんぱく質 ^{たんぱくしつ} g
10	金	わかめごはん	牛乳	じゃがいも ^① 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(パンパ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 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 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 こんにゃく 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 だいず わかめ のり	しょうが にんにく はくさい もやし にら 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 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 イラストコロッケ(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 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 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 ぶたあげ 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 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 ウィナー 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 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(パックスソース) 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 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。

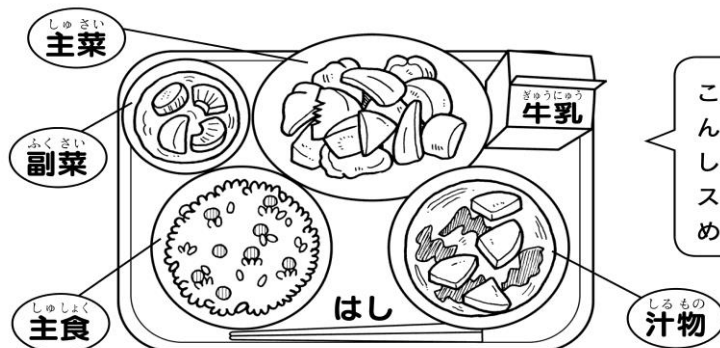
☆給食のない日については、各学校のおたよりで確認してください。

※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



配ぜん 正しい置き方をしていますか？



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高さに！



たけのこは1日に10cm以上、また時には1m以上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。

