

# 4月のこんだて

ねんせいよう  
1年生用

☆ご入学おめでとうございます☆



## 《今月の給食目標》

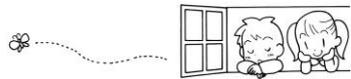
給食のきまりを覚えよう

令和6年度  
船橋市立夏見台小学校

日	主食	牛乳	おかずなど	ねつ ちから 熱や力に なる食品	ち にく ほね 血・肉・骨に なる食品	からだ ちょうし 体の調子を 整える食品	エネルギー kcal	脂質 g	たんぱく質 g	食塩 g
16 火	和風だし カレーライス	○	こまつナサラダ オレンジゼリー	こめ あぶら じゃがいも さとう でんぷん こま	牛乳 ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ きゅうり きゃべつ こまつな しめじ ねぎ グリッピース オルツソース	610	18.9	20.1	1.5
17 水	はちみつパン	○	鶏の唐揚げ グリーンサラダ 野菜スープ	パン こめこ あぶら でんぷん さとう	牛乳 とりにく レンズまめ ツナ	きゃべつ きゅうり こまつな レタス たまねぎ にんじん セロリ マヨネーズ レモン	617	25.3	26.1	2
18 木	ごはん	○	鮭の塩麴焼き 磯香和え 肉じゃが いちご	こめ じゃがいも さとう あぶら しらすこま	牛乳 さけ のり ぶたにく	こまつな にんじん きゃべつ もやし たまねぎ グリッピース いちご	616	20.1	24.8	1.5
☆☆☆ 1年生を迎える会 入学おめでとう献立 ☆☆☆										
19 金	春のおこわ	○	生揚げの甘辛焼き ごま酢和え 杏仁豆腐	こめ もちごめ さとう あぶら こま	牛乳 とりにく なまあげ かつおぶし	たけのこ わらび にんじん ごぼう いんげん きゃべつ もやし ほろれんそう もも みかん りんご パナップ	651	24.7	27.6	1.8
22 月	ごはん	○	鯖のごまだれ焼き 干草和え 豚汁 オレンジ	こめ さとう こま あぶら はるさめ さといも こんにゃく	牛乳 さば とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	きゃべつ にんじん きゅうり こまつな だいこん ごぼう ねぎ とうもろこし オレンジ	628	22.7	28.3	1.7
23 火	ハニートースト (パン耳付き)	○	きゃべつとツナのサラダ 豚肉とひよこ豆のトマト煮	パン はちみつ マーガリン あぶら こま さとう じゃがいも	牛乳 ひよこまめ ツナ ベーコン ぶたにく レンズまめ	きゃべつ きゅうり レタス こまつな たまねぎ にんじん トマト マヨネーズ グリッピース レモン	644	22.4	24.2	1.9
24 水	麻婆丼	○	チョレギサラダ パイナップル	こめ さとう あぶら こま でんぷん	牛乳 ぶたにく とうふ のり みそ	にんじん ねぎ たけのこ しいたけ いら こまつな レタス きゅうり きゃべつ パイナップル	601	19.5	23.2	1.6
25 木	キャロット ピラフ	○	レバーとポテトの玉ねぎソース ひじきサラダ パナナ	こめ あぶら さとう マーガリン こま じゃがいも でんぷん	牛乳 とりにく レバー ひじき ハム	にんじん たまねぎ グリッピース マヨネーズ きゅうり こまつな とうもろこし パナナ	643	21.5	23.6	1.6
☆☆☆ 船橋産旬の食材を食べて知る日 ~大根&海苔~ ☆☆☆										
26 金	ごはん	○	黒鯛のあけぼの焼き 大根サラダ さつま汁	こめ さとう あぶら イグ アーモンド さつまいも こま こんにゃく	牛乳 くらだい わかめ ぶたにく のり みそ	にんじん パセリ だいこん きゅうり こまつな たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ	619	23.3	25.8	1.7
☆☆☆ 旅する給食 ~山口県~ ☆☆☆										
30 火	わかめごはん	○	チキンチキンごぼう じゃこレタスサラダ お嫁さん団子汁	こめ でんぷん こめこ しらすたまご こま あぶら さとう	牛乳 とりにく ちりめんじゃこ わかめ あぶらあげ	ごぼう えだまめ きゅうり にんじん こまつな レタス たまねぎ しいたけ だいこん ねぎ はくさい みすな	640	22.5	23	1.9

\*エネルギー・たんぱく質・脂質・食塩は、4年生が基準です。  
\*材料の都合等により、献立を変更することがあります。

### ☆ お知らせとお願い



- 献立表には、4年生を基準にした栄養摂取量を表示しています。
- 給食当番になると、週末に白衣・帽子を持ち帰りますので、洗濯・アイロンかけ・縫いをして、翌週の月曜日には忘れずに持たせてください。
- 長期欠席する場合は、所定の用紙にて早めに担任に届け出てください。届け出日の翌日から起算して4日目(休日等を除く)より、給食費の返金対象となります。
- 食物アレルギーなど、何かご心配なことがありましたら、学校に連絡してください。

ご理解とご協力をお願いします。

### 給食当番の身支度チェック

- 髪の毛は全部帽子に入れましょう
- マスクはきちんとつけましょう
- つめは短く切っておきましょう
- 手は石けんできれいに洗いましょう
- 清潔な白衣を身につけましょう

