



4月予定献立表



船橋市立
古和釜小学校

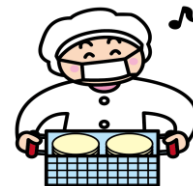
* 今月の目標：みんなと協力して楽しい給食にしよう。 *

☆船橋産の旬の食材☆
「だいこん・こまつな」

曜日	牛乳	献立名			からだつくる 体を作る 仲間	からだつくる 体の調子を 整える仲間	【基準値4年生】 1杯(1kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)/塩分(g)		
		主食	おかず名	デザート					
2年生から6年生の給食がはじまります。									
12	水	○	ごはん ご飯	鶏肉のから揚げ 小松菜のおひたし 具だくさんみそ汁	りんご	こめかたくりこ はくりきこあぶらさとう こんにやくじゃがいも	とりにくあぶらあげ ぶたにくなまあげ みそぎゅうにゅう	にんにくしょうがこまつな にんじんもやしごぼう だいこん りんご	629kcal 26.8g 221.7g/1.9g
13	木	○	ミートサンド	春野菜のポトフ ハムとコーンサラダ	バナナ	コッペパン パター さとうあぶらはくりきこ こまこまあぶら	ぶたにくだいいず レンズまめ ハム スキムミルク ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこしバナナ	652kcal 28.6g 21.1g/2.1g
14	金	○	ごはん ご飯	鯛のごまだれ焼き 生揚げのそぼろ煮 干草和え(卵使用)	きよみ 清見	こめこまつさとう あぶらじゃがいも かたくりこはるさめ	さばぶたにく だいいずなまあげ たまご きゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ さやいんげんこまつな きよみオレンジ	635kcal 29.2g 22.7g/1.6g
1年生の給食がはじまります。									
17	月	○	あまくち 甘口チキン カレーライス	こまつな 小松菜とコーンのソテー	いちご	こめあぶら じゃがいもさんおんとう はくりきこバターこま	とりにくクリーム チーズスキムミルク ベーコンぎゅうにゅう	たまねぎにんにくしょうが にんじんグリーンピース こまつなとうもろこし いちご	646kcal 22.7g 24.6g/1.8g
18	火	○	ごはん ご飯	キャベツメンチ 小松菜のツナ和え けんちん汁	デコボン	こめあぶらさとう パンこまはくりきこ こんにやくさといも さんおんとう	ぶたにくおから とうにゅうまぶら とりにくとうふ ぎゅうにゅう	キャベツたまねぎこまつな にんじんしいたけごぼう だいこんねぎデコボン	625kcal 25.6g 19.8g/1.6g
19	水	○	たけのこ ご飯	鮭の漬け焼き 小松菜のおかか和え 豚肉とじゃが芋のごま汁	パイン アップル	こめあぶらさとう こまじゃがいも さんおんとう	あぶらあげみそ いとけずりぶたにく さけぎゅうにゅう	にんじんしいたけ だけのこ こまつな もやしはくさい たまねぎほうろくそう キャベツパインアップル	625kcal 29.7g 21.6g/1.9g
20	木	○	チキンライス	パ-とチーズのパリ揚げ 千切り野菜の洋風スープ	オレンジ	こめバターあぶら こまぎょうさか はくりきこさとう	とりにくパ-チーズ スキムミルクベーコン ぶたにくひよこまめ ぎゅうにゅう	たまねぎにんじん マッシュルームキャベツ ぶなしめじとうもろこし こまつな オレンジ	621kcal 24.1g 21.9g/1.5g
* 1年生 入学お祝い献立 *									
21	金	○	せきはん 赤飯	つくね焼き 磯香和え 煮干し出汁の豚汁	いちご	こめもちこめこま パンこさとうあぶら こんにやくさといも	ささげとりにくみそ ぶたにくだいいず のりあぶらあげ ぎゅうにゅう	しょうがねぎこまつな もやしごぼうにんじん だいこんいちご	621kcal 26.5g 21.0g/2.0g
4月23日は【子ども読書の日】です。題名に「いちご」という言葉がつく本は、どんなものがあるでしょう？									
24	月	○	めん リト麺 肉味噌ソース	キャベツとじゃこのサラダ	いちごの マフィン	そふとめん さとう あぶらかたくりこ こまこめこはちみつ	ぶたにくだいいず レンズまめみそ じゃことうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎにんじんしいたけ えのきだけだけのねぎ グリーンピースしょうがレモン きゅうりキャベツいちご	634kcal 26.5g 14.8g/2.0g
河内晩柑は外側のあつい皮をむいて食べましょう。									
25	火	○	ごはん ご飯	いかとじゃが芋の揚げ煮 小松菜のごま和え 鶏肉と野菜の旨煮	かわちばんかん 河内晩柑	こめかたくりここま じゃがいもさとう あぶらこんにやく	いかだいいず とりにくなまあげ ぎゅうにゅう	こまつなにんじんキャベツ だけのこごぼうしいたけ さやいんげん かわちばんかん	624kcal 25.5g 19.0g/1.6g
26	水	○	まいごろうどん 回鍋肉丼	とうふ 豆腐と白菜のスープ だいまい 大豆入り大学芋		こめあぶらはくりきこ こまあぶらさつまいも こまさとう	ぶたにくだいいず みそさとう ぎゅうにゅう	キャベツにんじんしょうが にんにくはくさいこまつな しいたけ	630kcal 25.1g 20.7g/1.7g
27	木	○	ハチミツパン	クリームシチュー チキンベジタブルサラダ	アップル ゼリー	パンじゃがいもさとう バターはくりきこ はくりきこあぶら グラニューとう	とりにくベーコン いんげんまめ クリームレンズまめ かんてんぎゅうにゅう	たまねぎにんじんキャベツ グリーンピースきゅうり マッシュルームレモン りんご	641kcal 25.5g 22.3g/1.6g
船橋産の旬の食材を食べて知る日 ~船橋産のだいこんを使用~									
28	金	○	ごはん ご飯	さわらだいこん 鯛の大根おろしかけ きゅうりの土佐和え かきたま汁(卵使用)	デコボン	こめかたくりこ あぶらこまつさとう	さわらいとけずり とりにくさとう たまごぎゅうにゅう	だいこんきゅうりにんじん しょうがえのきだけねぎ こまつな だけのこデコボン	632kcal 28.6g 23.3g/1.6g

*入荷の都合により、食材等を変更する場合があります。

*2~6年生は4月12日(水)、1年生は4月17日(月)から給食開始です。



保護者の皆様へ

- 給食当番を担当したら、週末に白衣・帽子・袋を持ち帰りますので、洗濯、ほころびの繕い、アイロンがけをお願いいたします。また、翌週には忘れずに持たせてください。お手数をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。
- 給食時には清潔な「口ふき用のハンカチ」をご用意ください。
給食当番時には「マスク」もお願いします。

食品成分表改定のお知らせ

食品成分表の改訂により、食品成分を計測する物差しが変わりました。それにより、エネルギーの値が昨年度より低くなっていますが、給食提供量は今まで通りの量を提供しています。そのため、栄養が不足していたり、食べる量を増やさなければならぬということではありませんので、ご安心ください。