



4月予定献立表

* 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」

日曜日	曜日	主食	牛乳	おかず	主にエネルギーの もとになる食品	主に体を作る もとになる食品	主に体の調子を整える もとになる食品	【基準値4年生】 1食分(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)/塩分(g)
2年生から6年生の給食がはじまります。給食のきまりをみんなで確認しましょう。								
10	木	ごはん	○	鶏肉のから揚げ 小松菜のおひたし 具だくさんみそ汁 いちご	めかたくりこ あぶらはくりきこさとう こんにやく じゃがいも	とりにく あぶらあげ ふたにく なまあげ みそ わかめ 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 こぼろ だいこん えのきたけ いちご	607kcal 27.6g 20.4g/1.8g
11	金	ミートサンド	○	春野菜のポトフ ハムとコーンサラダ パナナ	コッパン バター はくりきこ こまつな こまあぶら さとう	ふたにく だいす レンズまめ ハム スキムミルク かいつ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス きゅうり とうもろこし パナナ	607kcal 26.2g 20.9g/1.9g
14	月	ごはん	○	鯖のごまだれ焼き 生揚げのそぼろ煮 干草和え(卵使用) デコボン	めかたくりこ あぶらはくりきこ さとう こまつな こまあぶら こまつな	さば ふたにく だいす なまあげ みそ たまご ぎゅうにゅう	しいたけ たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな デコボン	643kcal 29.7g 23.4g/1.7g
1年生の給食がはじまります。								
15	火	甘口チキン カレーライス	○	小松菜とコーンのソテー いちご	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう バター はくりきこ こまつな	とりにく クリーム チーズスキムミルク レンズまめ 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 グリンピース こまつな とうもろこし いちご	609kcal 22.0g 21.8g/1.8g
16	水	ごはん	○	キャベツメンチ 小松菜のツナ和え けんちん汁 清見オレンジ	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう バター はくりきこ こまつな	ふたにく おから とうにゅう まいご 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 こぼろ だいこん ねぎ オレンジ	625kcal 24.6g 20.6g/1.9g
17	木	たけのこごはん	○	鮭の漬け焼き 小松菜とえのきの海苔酢あえ 豚肉とじゃが芋のごま パインアップル	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう こまつな ねりごま じゃがいも	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう こまつな ねりごま じゃがいも	にんじん しいたけ たけのこ こまつな もやし しいたけ たまねぎ ほうれんそう キャベツ パインアップル	600kcal 30.7g 19.1g/2.0g
18	金	チキンライス	○	レバーとチーズのバリバリ揚げ 野菜とじゃが芋の洋風スープ煮 オレンジ	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう こまつな はくりきこ こまつな	とりにく 鶏 - チーズ ベーコン ふたにく ひよこまめ しょうが 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	623kcal 25.8g 21.3g/1.9g
21	月	ソフト麺 肉味噌ソース	○	キャベツとじゃこのサラダ 豆腐パナマフィン	そふとめん さとう あぶら かたくりこ グラニューとう こまはくりきこ	ふたにく だいす 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 えのきたけ たけのこ ねぎ グリンピース しょうが レモン きゅうり キャベツ パナナ	647kcal 28.3g 14.6g/1.9g
河内晩柑は外側のあつい皮をむいて食べましょう。								
22	火	ごはん	○	いかとじゃが芋のレモンじょうゆだれ 鶏肉と野菜の旨煮 切り干し大根の和え物 河内晩柑	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう こまつな にんにく さとう	いか だいす とりにく ハム ぎゅうにゅう	レモン たけのこ にんじん こぼろ しいたけ さやいんげん だいこん きゅうり こまつな かわらばんかん	631kcal 25.2g 19.6g/1.9g
23	水	キャベツたっぷり 回鍋肉丼	○	豆腐と白菜のスープ 大豆入り大学芋	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう こまつな はくりきこ こまつな	ふたにく だいす みそ とうふ レンズまめ ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう こまつな しいたけ きくらげ	643kcal 27.1g 22.2g/1.8g
船橋産の旬の食材を食べる日 ～船橋産のだいこんを使用～								
24	木	ごはん	○	鯖の大根おろしかけ きゅうりの土佐和え かきたま汁(卵使用) デコボン	めかたくりこ こまつな さとう あぶら	さわら いとけずり とりにく とうふ たまご ぎゅうにゅう	にんにく しょうが だいこん きゅうり にんじん えのきたけ ねぎ こまつな たけのこ きくらげ デコボン	601kcal 29.5g 21.1g/1.8g
* 1年生 入学お祝い献立 *								
25	金	赤飯	○	つくね焼き 小松菜の磯香和え 煮干し出汁の豚汁 いちご	めかたくりこ こまつな さとう あぶら こんにやく さといも	ささげ とりにく みそ ふたにく のり とうふ レンズまめ あぶらあげ ぎゅうにゅう	しょうが ねぎ こまつな もやし こぼろ にんじん だいこん いちご	600kcal 26.2g 19.4g/1.9g
28	月	ハチミツパン	○	クリームシチュー 海藻サラダ アップルゼリー	パン じゃがいも バター はくりきこ あぶら さとう こまつな 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 グリンピース きゅうり マッシュルーム レモン りんご	639kcal 26.2g 21.8g/1.9g
30	水	野菜たっぷり ドライカレー	○	じゃが芋フライ ごまドレッシングサラダ	めかたくりこ じゃがいも さんおんとう はくりきこ あぶら さとう	ふたにく だいすミート だいす ぎゅうにゅう	しょうが にんにく にんじん マッシュルーム ピーマン こまつな キャベツ きゅうり	603kcal 18.7g 19.8g/1.9g

* 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10(木)、1年生は4月15(火) 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。
給食当番を担当する週は、【マスク】の準備もお願いします。

食物アレルギーは、学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。
献立表を確認し、給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、
まずはご家庭で食べることをおすすめします。



計14回