



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	主食	牛乳	おかず	主にエネルギーの もとなる食品	主に体を作る もとなる食品	主に体の調子を 整えるもとなる食品	【基準値4年生】 171kcal 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。								
11	木	ごはん	○	とりにく 鶏肉のから揚げ 小松菜のおひたし 貝だくさんみそ汁 いちご	こめ かたくりこ はくりきこ さとう こんにゃく じゃがいも	とりにく あぶらあげ ふたにく なまあげ みそ きゅうり ゆう	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 えのきたけ いちご	600kcal 27.5g 20.8g/1.9g
12	金	ミートサンド	○	はるやさい 春野菜のポトフ ハムとコーンサラダ パナナ	コップパン バター はくりきこ こま ごまあぶら さとう	ふたにく だいす レンズまめ ハム スキムミルク ががー きゅうり ゆう	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 20.7g/2.0g
15	月	ごはん	○	さば 鯖のごまだれ焼き 生揚げのそぼろ煮 とうもろこし 卵(卵使用) デコボン	こめ ごま さとう あぶら じゃがいも かたくりこ はるさめ ごまあぶら こま	さば ふたにく だいす なまあげ たまご きゅうり ゆう	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	628kcal 28.3g 22.0g/1.8g
1年生の給食がはじまります。								
16	火	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 バター はくりきこ こま	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 きゅうり ゆう	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	619kcal 22.8g 20.8g/1.8g
17	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	こめ あぶら パンこ ごま はくりきこ さとう こんにゃく さといも	ふたにく おから とうりゅう まぶら とりにく とうふ きゅうり ゆう	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 オレンジ	613kcal 25.2g 18.9g/1.9g
18	木	たけのこごはん	○	さけ 鮭の漬け焼き 小松菜とえのきの海苔酢あえ ふたにく 豚肉とじゃが芋のみそ汁 パインアップル	こめ あぶら さとう さんおんとう ごま ねりごま じゃがいも	あぶらあげ みそ のり ふたにく さけ きゅうり ゆう	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	604kcal 27.9g 21.2g/2.1g
19	金	チキンライス	○	レバーとチーズのパリパリ揚げ せんぎ やさい しょう油 千切り野菜の洋風スープ オレンジ	こめ とうりゅうバター ごま きょうざのかわ はくりきこ あぶら	とりにく 卵・チーズ ベーコン ふたにく ひよこまめ きゅうり ゆう	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	601kcal 23.9g 20.4g/2.0g
河内晩柑は外側のあつい皮をむいて食べましょう。								
22	月	ごはん	○	いかとじゃが芋のレモンじょうゆだれ とりにく やさい うま塩 きん 鶏肉と野菜の旨煮 切り干し大根の和え物 河内晩柑	こめ かたくりこ じゃがいも あぶら さんおんとう こま こんにゃく さとう	いか だいす とりにく ハム きゅうり ゆう	レモン たけのこ にんじん ごぼう 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	638kcal 25.0g 19.3g/2.0g
4月23日は【子ども読書の日】です。題名に「いちご」という言葉が見つかる本は、どんなものがあるでしょう？								
23	火	ソフト麺 にくみそ 肉味噌ソース	○	キャベツとじゃこのサラダ いちごジャムマフィン	そふとめん さとう あぶら かたくりこ ごま はくりきこ	ふたにく だいす レンズまめ みそ じゃこ とうりゅう きゅうり ゆう	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 いちご	653kcal 27.7g 13.8g/2.1g
24	水	キャバッたっぶり 回鍋肉丼	○	とうふ 豆腐と白菜のスープ だいす 大豆入り大学芋	こめ あぶら はくりきこ ごまあぶら さつまいも ごま さとう	ふたにく だいす みそ とうふ きゅうり ゆう	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 きくらげ	614kcal 24.0g 20.5g/1.8g
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~								
25	木	ごはん	○	さわら 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	こめ かたくりこ ごま さとう あぶら	さわら いたけずり とりにく とうふ たまご きゅうり ゆう	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	617kcal 30.3g 21.0g/1.9g
1年生 入学お祝い献立								
26	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	こめ もちごめ ごま パンこ さとう あぶら こんにゃく さといも	ささげ とりにく みそ ふたにく のり とうふ だいす あぶらあげ きゅうり ゆう	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	605kcal 25.7g 20.4g/2.0g
30	火	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 バター はくりきこ あぶら さとう ごま 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 きゅうり ゆう	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	638kcal 26.4g 22.1g/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11日(木)、1年生は4月16日(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。
給食当番時には「マスク」もお願いします。



計13回

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。