

日付	主食	牛乳	主菜・副菜・デザート	お知らせ	おもにエネルギーのもとになる食品	おもにからだをつくるもとになる食品	おもにからだの調子を整えるもとになる食品	栄養価
14 (金)	青大豆とわかめごはん	○	★進級おめでとう献立★ 鶏のオニオン風味揚げ 沢煮椀 3色野菜のおかか和え オレンジ	今日から給食が始まります！	こめ でんぷん あぶら	だいず とうふ けすりぶし	にんじん みつば こまつな たまねぎ しいたけ だけのこ ごぼう きくらげ もやし オレンジ	エネルギー 621 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 22.7 g 食塩相当量 2.0 g
17 (月)	ごはん 莖わかめの佃煮	○	★日本の味めぐり 東京都★ かりかりがんも キャバツのみそ汁 ツナの和風サラダ はっさく	佃煮は東京都の郷土料理です。	こめ さとう ながいも でんぷん コーンフレーク ジャがいも	あぶら ごま とうふ ツナ みそ	にんじん ごまつな ほしいだけ しょうが ねぎ もやし えのきたけ はっさく	エネルギー 622 kcal たんぱく質 24.4 g 脂質 19.1 g 食塩相当量 2.1 g
18 (火)	もち玄米入りごはん	○	さばの黄金焼き 野菜スープ 白菜の海苔サラダ オレンジ	ごはんはよく噛んで食べましょう！	こめ ジャがいも さとう	あぶら ごま さば とうにゅう いんげんまめ だいず ツナ	にんじん ごまつな たまねぎ キャバツ はくさい オレンジ	エネルギー 626 kcal たんぱく質 29.9 g 脂質 21.9 g 食塩相当量 1.6 g
19 (水)	チキンカレー	○	★4月のお誕生日給食★ ひじきのサラダ チーズ オレンジ	お誕生日給食は、大人気のカレーです！	こめ ジャがいも さとう こむぎこ	あぶら バター ごま とうりく レンズまめ ツナ	にんじん ごまつな にんにく しょうが たまねぎ マッシュルーム グリンピース キャバツ レモン オレンジ	エネルギー 669 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 22.2 g 食塩相当量 1.9 g
20 (木)	コッパン いちごジャム	○	★船橋産の小松菜を食べて知る日★ 春野菜のポトフ 船橋産小松菜とハムのサラダ ハナナ	船橋産の小松菜をたくさん使います！	コッパン ジャがいも ワンタンのかわ さとう	あぶら ウィンナー ぶたにく だいず ハム	にんじん ごまつな いちごジャム たまねぎ キャバツ だいこん もやし ハナナ	エネルギー 622 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 21.2 g 食塩相当量 1.9 g
21 (金)	たけのこごはん	○	★船橋産旬の食材を食べて知る日★ かれいのから揚げ 船橋産海苔のいそか和え 大根のみそ汁 みたらし団子	春の味覚を味わいましょう。	こめ さとう でんぷん ジャがいも しらたまもち	あぶら とうりく あぶらあげ かねい とうふ みそ	ごまつな にんじん だけのこ もやし だいこん えのきたけ	エネルギー 648 kcal たんぱく質 30.4 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 2.1 g
24 (月)	ごはん	○	生揚げの中華煮 春雨サラダ 黒糖ビーンズ	大豆製品を食べましょう！	こめ さとう でんぷん はるさめ	あぶら なまあげ ぶたにく いりだいず	にんじん ごまつな しょうが ねぎ ほししいたけ だけのこ たまねぎ キャバツ だいこん	エネルギー 648 kcal たんぱく質 28.0 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 1.8 g
25 (火)	もち玄米入りごはん	○	★世界の味めぐり 韓国★ さわらの韓国風照り焼き トック入りスープ 彩り野菜のナムル オレンジ	韓国料理を味わいましょう。	こめ さとう トック はるさめ	あぶら さわら とうふ ハム	にんじん ごまつな かねい しょうが だいこん はくさい もやし オレンジ	エネルギー 623 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 17.5 g 食塩相当量 2.1 g
26 (水)	はちみつトースト	○	鮭と大豆のシチュー 海藻サラダ はっさく	はちみつトーストは人気メニューです！	しよくパン はちみつ こむぎこ ジャがいも さとう はるさめ	バター あぶら さけ だいず とうにゅう ツナ	にんじん ごまつな たまねぎ グリンピース はくさい レモン はっさく	エネルギー 620 kcal たんぱく質 30.2 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 2.0 g
27 (木)	ごはん	○	ぱりぱりししゃも 鶏肉とキャバツのスープ 納豆和え オレンジ	ししゃもはカルシウムたっぷりです！	こめ はるさめ ぎょうざのかわ ジャがいも	あぶら とうりく とうふ ひきわりなっとう けすりぶし	にんじん ごまつな たまねぎ だいこん キャバツ もやし オレンジ	エネルギー 623 kcal たんぱく質 26.9 g 脂質 19.9 g 食塩相当量 1.5 g
28 (金)	赤飯	○	★1年生を迎える会お祝い献立★ ふくさ卵 豚汁 しらすとのりの和え物 いちご	お赤飯で1年生をお祝いします！	こめ もちこめ さとう こんにゃく ジャがいも	ごま あぶら ささげ たまご とうふ とうりく ぶたにく あぶらあげ みそ	にんじん ごまつな たまねぎ グリンピース ごぼう だいこん ねぎ もやし いちご	エネルギー 634 kcal たんぱく質 31.9 g 脂質 22.9 g 食塩相当量 2.1 g

《給食室より》

・食品成分表の改定により、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も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ないので、ご安心ください。

・仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

・けがや病気等で3日以上連続して給食を欠食する場合、欠食届を学校が受理した日の翌日から起算して4日目（休日等を除く）以降が還付対象になります。

