



4月献立表

【4月の給食めあて】

準備やあと片づけを上手にしましょう

*低：準備やあとかたづけをおほえましょう

*中：みんなで協力し準備やあとかたづけをしましょう

*高：自主的に準備やあとかたづけをしましょう

令和6年度

★児童数配布

北区立赤羽台西小学校

日にち 曜日	献立	主な材料（おもなざいりょう）	栄養価		その他	
			エネルギー kcal	たんぱく質 g		
10 水	カレーライス パリパリサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく こなチーズ	こめ むぎ あぶら バター こむぎこ ワンタンのかわ さとう ジャがいも	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり きゃべつ にんじん	656 20.1	
11 木	せきはん とりのからあげ いそかあえ かきたまじる	ぎゅうにゅう とりにく きざみのり とうふ たまご ささげ	こめ もちごめ くろいりごま でんぷん こむぎこ あぶら	しょうが にんにく もやし ほうれんそう えのきたけ にんじん こまつな	618 29.7	入学 進級 祝いメニュー
12 金	ミートサンドコッパン ひじきのマリネ おおむぎスープ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいず ピザチーズ ひじき とりにく	コッパン あぶら こむぎこ さとう おしむぎ	にんにく たまねぎ だいこん きゅうり きゃべつ にんじん	661 28.5	
15 月	わかめごはん しんジャがいものそぼろに おかかあえ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく かつおぶし たきこみわかめのもと	こめ ジャがいも あぶら さとう でんぷん	にんじん たまねぎ ほししいたけ グリンピース きゃべつ もやし たけのこ	609 20.6	
16 火	ごもくチャーハン ワンタンスープ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく なた たまご ぶたひきにく	こめ ラード あぶら ワンタンのかわ ごまあぶら	にんにく しょうが ねぎ グリンピース たけのこ にんじん はくさい もやし こまつな いちご	610 27.8	
17 水	きなこあげぱん ポトフ かいそうサラダ	ぎゅうにゅう きなこ ウィナー かいそうミックス	コッパン あぶら さとう ジャがいも しろすりごま	にんにく セロリ たまねぎ にんじん だいこん きゅうり	603 22.8	
18 木	たけのこごはん さわらのてりやき とんじる	ぎゅうにゅう あぶらあげ さわら ぶたにく とうふ	こめ さとう こんにゃく ごまあぶら	たけのこ にんじん ごぼう だいこん ねぎ しょうが	602 30.1	
19 金	ソースやきそば ピーンズポテト くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず あおのり	むしちゅうかめん ジャがいも でんぷん あぶら	にんにく しょうが たまねぎ ピーマン もやし きゃべつ きよみオレンジ にんじん	639 26	
22 月	そぼろごはん ちくわのにしょくあげ とんじる	ぎゅうにゅう とりにく とりひきにく たまご ちくわ たまご あおのり とうふ	こめ あぶら さとう こむぎこ こんにゃく	しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ	642 27.2	
23 火	てづくりキャロットパン ポークビーンズ こんぶサラダ	ぎゅうにゅう しおこんぶ スキムミルク こなチーズ らんおう ぶたにく だいず いんげんまめ	きょうりきこ こむぎこ はちみつ バター あぶら ジャがいも ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ ホールトマトかん もやし きゅうり	602 27.0	
24 水	むぎごはん キムムッチ（かんこくふうのりふりかけ） しせんどうふ ニラたまスープ	ぎゅうにゅう もみのり なまあげ ぶたひきにく たまご	こめ むぎ ごまあぶら しろいりごま さとう でんぷん	にんにく にんじん たけのこ しょうが ニラ ほししいたけ たまねぎ グリンピース	620 26.8	
25 木	かきあげどん ゆかりあえ ジャがいもみそしる	ぎゅうにゅう いか むきえび たまご わかめ あぶらあげ	こめ むぎ こむぎこ あぶら さとう ジャがいも	ねぎ ごぼう だいこん にんじん きゅうり たまねぎ	623 24.0	
26 金	スパゲティミートソース にゅうさんきんいりりょう グリーンサラダ オレンジゼリー	にゅうさんきんいりりょう ぶたひきにく こなチーズ こなかなてん	スパゲティ あぶら こむぎこ バター オリーブオイル さとう	にんにく しょうが セロリ ホールトマトかん きゃべつ きゅうり ブロッコリー オレンジジュース	645 23.8	
30 火	きつねうどん そくせきづけ よもぎだんご	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく きなこ あずき	れいとううどん さとう ごまあぶら しらたまこ こむぎこ	ほししいたけ にんじん ねぎ ほうれんそう きゅうり きゃべつ しそのみ よもぎ	631 26.7	
【備考】 食材料購入の都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。			月栄養価平均		626 25.8	

☆学校からのお願い☆

- 給食当番は週末に白衣・白帽・給食袋を持ち帰りますので洗濯をして月曜日に必ず持たせてください。
- 清潔なマスク、ハンカチ、ランチョンマットを給食袋に入れて毎日持たせていただくようお願い致します。

学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準」が定められています。また、家庭で不足しがちな栄養素がとれるように考慮しながら、栄養バランスのよい給食をつくっていますので残さずに食べましょう。

