



4

月

献

立

表



北区立王子第二小学校

日	献立	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	アレルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	ご家庭で補って いただきたい 食品
10月	ぶたにくのしょうがやきどん みそしる くだもの(きよみオレンジ)	○	★牛乳, 豚こま肉, 木綿豆腐, 油揚げ, わかめ, 白みそ, 赤みそ 2ねんせい~6ねんせい きゅうしょく かいし	米, 麦, 油	玉葱, にんにく, にら, ぶなしめじ, きゃべつ, 青ピーマン, オレンジ	571 kcal 23.6 g 18.5 g 3.0 g	 小魚類
11火	カレーライス シーフードサラダ くだもの(いちご)	○	★牛乳, 豚こま肉, 茎わかめ, ★いか, ★えび 1ねんせい きゅうしょく かいし	米, じゃがいも, 油, マーガリン, 小麦 粉, 砂糖, ごま油	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, フルーツチャツネ, もやし, きゅう り, いちご	624 kcal 20.7 g 18.6 g 2.3 g	 種実類
12水	ホットドッグ ポトフ アップルドレッシングサラダ	○	★牛乳, ★フランクフルト, 豚もも肉	★コッペパン, 油, じゃがいも, 砂糖	きゃべつ, 玉葱, にんじん, セロリー, かぶ, しょうが, きゅうり, もやし, ホールコーン, ★りんご	564 kcal 24.9 g 26.0 g 3.4 g	 豆・豆視品
13木	ごはん さかなのごまみそやき きりぼしだいこんのもの いなかじる	○	★牛乳, ★さわら, 赤みそ, 白みそ, 油 揚げ, 木綿豆腐	米, 砂糖, 油, じゃがいも	長葱, 切干大根, にんじん, さやえん どう, ごぼう, 大根	619 kcal 28.3 g 18.3 g 2.9 g	 海藻類
14金	みそにごみうどん ツナじゃがサラダ くさだんご	○	★牛乳, 豚こま肉, 油揚げ, 白みそ, 赤 みそ, ★ツナ, きな粉	冷凍うどん, 油, じゃがいも, 砂糖, 白 玉粉, 上新粉	にんじん, たけのこ, 玉葱, 干し椎茸, 小松菜, きゃべつ, きゅうり, よもぎ	561 kcal 23.5 g 19.6 g 3.1 g	 たまご
17月	たけのごはん さけのレモンやき アスパラのおかかあえ みそしる	○	★牛乳, 鶏こま肉, 油揚げ, ★鮭, ★か つお節, わかめ, 白みそ, 赤みそ 	米, 油, 砂糖, ★ごま, マーガリン, ご ま油, じゃがいも なまのたけのこを しょうします	たけのこ, にんじん, 干し椎茸, さや えんどう, レモン, アスパラガス, きゃべつ, 玉葱	576 kcal 30.2 g 17.3 g 3.8 g	 乳製品
18火	こくとうパン ラザニア きゃべつのスープ くだもの(きよみオレンジ)	○	★牛乳, 豚ひき肉, ★ピザチーズ, 鶏 こま肉	★黒糖パン, 麦, ぎょうざの皮, マー ガリン, 油, マーガリン, 小麦粉	玉葱, にんじん, マッシュルーム, に んにく, ホールトマト, きゃべつ, ホールコーン, しょうが, オレンジ	560 kcal 23.7 g 26.4 g 2.5 g	 豆・豆視品
19水	しせんどうぶどん ひじきのちゅうかサラダ フルーツゼリー	○	★牛乳, 生揚げ, 豚ひき肉, ひじき, 粉 寒天	米, 麦, 砂糖, 油, ごま油, 片栗粉, 緑豆 春雨, ごま	にんじん, 玉葱, たけのこ, 干し椎茸, ★白菜キムチ, しょうが, にんにく, きゃべつ, 小松菜, りんごジュース, みかん缶, パイン缶	656 kcal 22.6 g 20.7 g 2.3 g	 魚介類
20木	わかめごはん ちぐさやき もやしのごまあえ はるやさいのすいとんじる	○	★牛乳, 鶏ひき肉, ★たまご, 鶏こま 肉 	米, 油, ごま, 砂糖, 白玉粉, 小麦粉 ふき・うどを しょうします	玉葱, 干し椎茸, にんじん, ほうれん 草, きゅうり, もやし, 大根, うど, ふ き, 白菜	620 kcal 24.8 g 18.9 g 2.7 g	 芋類
21金	ごはん のりのつくだに しんじゃがのそぼろに みそしる	○	★牛乳, 刻みのり, 鶏ひき肉, 油揚げ, 白みそ, 赤みそ 	米, 砂糖, じゃがいも, 油, 片栗粉 たんじょうび きゅうしょく 4がつ たんじょうびのひとは ケーキがです	にんじん, 玉葱, たけのこ, 干し椎茸, グリーンピース, しょうが, 大根 小松菜	620 kcal 22.1 g 18.5 g 3.1 g	 たまご
24月	とりごぼうピラフ さかなのカレーパンこやき マセドアンサラダ オニオンスープ	○	★牛乳, 鶏ひき肉, ★ホキ, ベーコン, 木綿豆腐	米, マーガリン, 油, ごま, ★マヨネー ズ, パン粉, じゃがいも, 砂糖	にんじん, ごぼう, グリーンピース, きゅうり, ホールコーン, しょうが, 玉葱, 小松菜	626 kcal 26.3 g 25.0 g 3.1 g	 きのこ類
25火	しおやきそば かわりたいたくいも わかめスープ	○	★牛乳, 豚こま肉, ★えび, ★いか, ★ かえり煮干し, 大豆, 木綿豆腐, わか め	蒸し中華麺, 油, さつまいも, 片栗粉, 砂糖, ごま	にんじん, きゃべつ, もやし, 玉葱, 干 し椎茸, しょうが, たけのこ, 長葱	570 kcal 25.7 g 19.7 g 4.0 g	 果実
26水	ごはん とうふハンバーグ コーンポテト せんぎりやさいスープ	○	★牛乳, 木綿豆腐, 豚ひき肉, 鶏こま 肉	米, パン粉, 砂糖, マーガリン, じゃが いも, パン粉	玉葱, にんにく, ホールコーン, にん じん, たけのこ, もやし, 干し椎茸, 長 葱, しょうが	608 kcal 24.8 g 18.7 g 2.9 g	 海藻類
27木	もやしそぼろごはん きびなごのいそべあげ やさいのばいにくあえ みそしる	○	★牛乳, 豚ひき肉, ★きびなご, 青の り, 木綿豆腐, 油揚げ, 赤みそ, 白みそ	米, 麦, 砂糖, ごま油, ごま, 小麦粉, 油	大豆もやし, にんじん, 長葱, しょう が, にんにく, 小松菜, きゃべつ, きゅ うり, 干し椎茸, 梅干し, えのきたけ	579 kcal 25.9 g 19.9 g 2.8 g	 乳製品
28金	セサミトースト ハンガリアンシチュー フルーツポンチ	○	★牛乳, 豚ひき肉, いんげん豆, ★粉 チーズ	★食パン, 油, ごま, 砂糖, 小麦粉, じゃがいも, マーガリン	にんじん, 玉葱, しょうが, グリーン ピース, みかん缶, パイン缶, 黄桃缶, バナナ	571 kcal 19.9 g 22.2 g 1.9 g	 魚介類

※4/7(金)は、給食がありません。

2年生~6年生の給食開始は、4/10(月)です。

※1年生の給食開始は、4/11(火)です。

※誕生日給食について

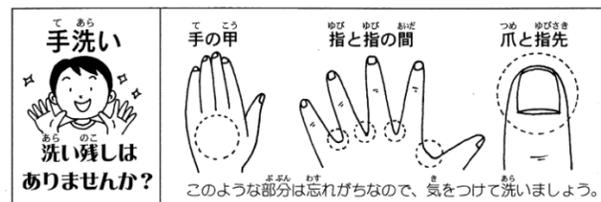
誕生日に、シフォンケーキの提供を行います。

※今年度も給食前の手洗いの徹底を行い感染防止に努めていきます。

パンなどの個包装は、引き続き継続しますが、状況をみながら
容器類のコスト代を考え、個包装の取り扱いを検討していきます。
ご理解・ご協力をお願いいたします。

※アレルギー食品には★を表示しています。

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。



今年度も安全・安心・美味しい給食を
(株)協立給食の調理員さんが心をこめて
作ります。よろしくお願ひいたします☆

