



令和6年度4月学校給食献立表 15回



北区立滝野川第三小学校

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	エネルギー たんぱく質
9 火	はるのかおりごはん しおにくじゃが おひたし  2年生給食開始	○	あぶらあげ とりひきにく ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ もちごめ あぶら いとこんにやく じゃがいも さとう バター	たけのこ にんじん しょうが たまねぎ もやし こまつな さくらのしおづけ	538kcal 20.7g
10 水	じゃこチャーハン いかのチリソース あおなとコーンのスープ	○	ぶたにく ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう いか とりにく	こめ むぎ あぶら ごまあぶら いりごま でんぷん さとう	にんにく ねぎ ほししいたけ たかな しょうが にんじん ホールコーンかん チンゲンツァイ	569kcal 26.0g
11 木	チーズパン マカロニのクリームに くだもの	○	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく なまクリーム ちょうりようぎゅうにゅう	チーズパン あぶら バター こむぎこ マカロニ	たまねぎ にんじん パセリ いちご	627kcal 23.4g
12 金	ごはん ハンバーグ ポテトときのこのソテー モザイクスープ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たまご ちょうりようぎゅうにゅう	こめ あぶら パンこ バター じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ ぶなしめじ セロリ かぶ パセリ	597kcal 25.8g
15 月	チキンカレーライス じゃこサラダ りんごゼリー  1年生給食開始	○	とりにく ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ こなかんてん	こめ むぎ あぶら じゃがいも バター こむぎこ いりごま さとう ごまあぶら	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん こまつな キャベツ りんごジュース りんごかん	633kcal 20.3g
16 火	ソースやきそば あおのりまめポテト くだもの	○	ぶたにく ぎゅうにゅう だいず あおのり	むしちゅうかめん あぶら じゃがいも でんぷん	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ もやし きよみオレンジ	566kcal 22.3g
17 水	セサミトースト トマトシチュー コールスローサラダ	○	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン こなチーズ ロースハム	しよくパン バター さとう いりごま あぶら じゃがいも こむぎこ	にんじん マッシュルーム たまねぎ ホールトマトかん キャベツ きゅうり ホールコーンかん りんご レモン	608kcal 21.9g
18 木	にしよくどん けんちんじる おかかあえ	○	たまご とりにく ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし	こめ むぎ あぶら さとう こんにやく じゃがいも ごまあぶら	しょうが ごぼう にんじん だいこん はくさい こまつな キャベツ もやし	608kcal 28.8g
19 金	しらすごはん さわらのさいきょうやき だいずいりごまあえ かきたまじる	○	しらすぼし ぎゅうにゅう さわら みそ だいず とうふ たまご わかめ	こめ いりごま さとう でんぷん	ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ ねぎ	613kcal 30.9g
22 月	「琉球料理献立 沖縄県」 ジュシー マーミナーチャンプルー もずくとたまごのスープ Happy Birthday Dessert 	○	ぶたにく こんぶ ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし もずく たまご	あぶら さとう こめ でんぷん	にんじん ほししいたけ たまねぎ もやし にはら ねぎ	592kcal 29.9g
23 火	むぎごはん さけのこうみやき じゃがいものきんぴら あおなとえのきのすましじる	○	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ	こめ むぎ ごまあぶら あぶら こんにやく さとう じゃがいも いりごま	にんにく しょうが ねぎ にんじん ごぼう こまつな えのきたけ	568kcal 28.0g
24 水	フィッシュバーガー チリコンカン くだもの	○	メルルーサ ぎゅうにゅう ぶたにく いんげんまめ だいず ピザチーズ	まるパン あぶら こむぎこ パンこ さとう	キャベツ たまねぎ にんじん ホールトマトかん せとか	620kcal 26.2g
25 木	こぎつねうどん シャキシャキあえ よもぎだんご 	○	とりにく わかめ あぶらあげ ぎゅうにゅう きなこ	れいとううどん さとう ごまあぶら しらたまご しょうしんこ	にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな きりぼしだいこん もやし きゅうり よもぎ	560kcal 23.9g
26 金	たけのこごはん ししゃものカレーふうみあげ ひよこまめのサラダ みそしる	○	あぶらあげ ぎゅうにゅう ししゃも ちょうりようぎゅうにゅう う ひよこまめ ほしひじき とうふ みそ	こめ もちごめ こむぎこ あぶら いりごま さとう ごまあぶら じゃがいも	にんじん たけのこ さやいんげん もやし きゅうり れんこん こまつな	560kcal 20.9g
30 火	「世界の料理献立 スペイン」 パエリア レンズまめのスープ  かぼちゃとじゃがいものサラダ	○	えび いか ぎゅうにゅう ベーコン レンズまめ サラダチーズ	こめ マーガリン あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん パプリカ ピーマン マッシュルーム セロリ パセリ かぼちゃ キャベツ	562kcal 21.2g

※食材料等の都合により変更をする場合があります。

Happy Birthday Dessert

滝三小では、バースデー給食を行っています。毎月1度、お誕生日をお祝いしてデザートを提供します。お誕生日の月のお友達をクラスでお祝います。

