

令和7年度 4月献立予定表

日曜	献立名	牛乳	からだ	ねつ	ちやし	エネルギー
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	kcal たんぱく質 g
8 火	ホットドッグ		フランクフルト	コッペパン 油	きゃべつ	600
	ABCスープ	○	鶏肉	じゃがいも ABCマカロニ	玉葱 人参 レタス	
	かぶサラダ			三温糖 油 ごま油 ごま	かぶ 人参 きゅうり	25.1
9 水	焼き豚チャーハン		豚肉	精白米 ごま油 油	長ねぎ しょうが 玉葱 コーン	586
	青のりポテト	○	青のり	じゃがいも 大豆油		
	チンゲン菜スープ		鶏肉		玉葱 ちんげん菜 しめじ	24.6
10 木	高野豆腐のそぼろ丼		鶏ひき肉 高野豆腐	精白米 油 砂糖 でんぷん	しょうが 人参 玉葱	670
	きゃべつのみそ汁	○	油揚げ みそ		きゃべつ 玉葱	
	いちごミルクゼリー		寒天 調製豆乳 調理用牛乳	砂糖	いちごジャム	29.1
11 金	チキンカレーライス		鶏肉 粉チーズ	精白米 油 じゃが芋 バター 小麦粉	玉葱 人参	608
	彩り野菜炒め	○		ごま油	もやし きゃべつ 人参 コーン さやえんどう	
	果物(清見オレンジ)				清見オレンジ	21.8
14 月	ホイコーロー丼		豚肉 みそ	精白米 油 砂糖 ごま油 でんぷん	しょうが 人参 筍 長ねぎ きゃべつ	608
	スティック野菜	○		油 砂糖	人参 きゅうり 大根 玉葱	
	春雨スープ		ベーコン	春雨	もやし にら	25.0
15 火	ソース焼きそば		豚肉 青のり	蒸し中華麺 油	人参 玉葱 きゃべつ もやし	595
	わかめスープ	○	豆腐 生わかめ		長ねぎ	
	フルーツヨーグルトがけ		ヨーグルト	砂糖	みかん缶 パイン缶 黄桃缶	24.2
16 水	お赤飯	乳	小豆			572
	鶏肉の五目あんかけ	酸	鶏肉	精白米 もち米 ごま	玉葱 きゃべつ 人参 もやし 筍 さやいんげん	
	かまぼこ入りすまし汁	菌	豆腐 かまぼこ	油 ごま油 砂糖 でんぷん	えのきたけ 万能ねぎ	
17 木	いちご	飲料			いちご	22.4
	ふりかけご飯		ひじき	精白米 砂糖		578
	魚のごま衣揚げ	○	メルルーサ	砂糖 ごま でんぷん 大豆油		
	五色和え			砂糖	小松菜 人参 もやし きゃべつ コーン	
じゃがいものみそ汁		油揚げ みそ	じゃが芋	玉葱	25.8	

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。

※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。

※種類(ごま・カカオ・栗を除く)、いくら、そば、キウイは使用していません。

※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。

(16回) 台東育英小学校

日曜	献立名	牛乳	からだ	ねつ	ちやし	エネルギー
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	kcal たんぱく質 g
18 金	ミルクパン			ミルクパン		575
	シェパーズパイ	○	豚ひき肉 調理用牛乳	油 じゃが芋 バター	しょうが 玉葱 トマトピューレ	
	野菜スープ		ベーコン		玉葱 人参 エリンギ きゃべつ	
21 月	果物(でこぼん)				でこぼん	24.6
	とりごぼうピラフ		鶏肉	精白米 油	ごぼう 人参 玉葱 冷凍コーン グリーンピース	655
	ジュリアンスープ	○	ベーコン		セロリー 玉葱 人参 きゃべつ	
22 火	ごま入りおからドーナッツ		おから スキムミルク 調製豆乳	大豆油 小麦粉 砂糖 バター ごま		22.1
	たけのこご飯		油揚げ	精白米 もち米	生たけのこ 鷹の爪	579
	魚のねぎみそ焼き	○	さわら みそ	砂糖 ごま油 ごま 油	長ねぎ	
23 水	変わりきんぴら			油 じゃがいも 三温糖	ごぼう 人参 スナックえんどう	27.3
	すまし汁		豆腐 生わかめ		えのきたけ	
	シュガートースト			食パン グラニュー糖 バター		618
24 木	じゃが芋のクリーム煮	○	鶏肉 調理用牛乳 スキムミルク	油 じゃが芋 バター 小麦粉	人参 玉葱 マッシュルーム	22.9
	コールスローサラダ			油 砂糖	きゃべつ きゅうり 人参 コーン	
	ご飯			精白米		602
ジャンボ餃子	○	豚ひき肉	餃子の皮 ごま油 でんぷん 小麦粉 大豆油	にんにく しょうが にら 玉葱 きゃべつ		
大根ときゅうりの南蛮漬			ごま油	大根 きゅうり 人参		
25 金	なめこ汁		豆腐 みそ		なめこ 三つ葉	22.4
	スパゲティナポリタン		ウインナー 粉チーズ	スパゲティ 油	玉葱 人参 マッシュルーム トマト缶 トマトピューレ ピーマン	567
	ひよこ豆のスープ	○	鶏肉 ひよこ豆	じゃが芋	きゃべつ 玉葱	
28 月	果物(清見オレンジ)				清見オレンジ	24.6
	中華混ぜご飯		鶏肉	精白米 もち米 油 砂糖	さやいんげん 干し椎茸 筍	604
	肉団子スープ	○	豚ひき肉 鶏ひき肉	でんぷん	玉葱 しょうが 人参 きゃべつ 小松菜	
30 火	ココアゼリー		粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	砂糖		25.8
	ご飯			精白米		602
	家常豆腐	○	みそ 豚肉 生揚げ	油 ごま油 砂糖 でんぷん	しょうが にんにく 赤ピーマン ピーマン 筍 きゃべつ	
切干大根の中華サラダ			ごま ごま油 砂糖	切干大根 きゅうり 人参 もやし コーン	27.3	

※1年生は4月9日(水)から給食が始まります。

☆16日(水) 1年生を迎える会

