



令和6年度4月予定献立表



令和6年 4月 8日
江戸川区立西小松川小学校

※献立は食材の都合等により変更することがありますのでご了承ください。

日にち (曜日)	こんだてめい		栄養表示				
	主食・ふりかけ等	おかず	牛乳 たんぱく質 塩分	エネルギー たんぱく質 塩分	赤色 おもに血や肉になるもの	黄色 おもに熱や力になるもの	緑色 おもに体の調子を整えるもの
10 水	ドライカレー 【にゅうがくおいおいこんだて】 にゅうがく・しんきゅうのおいおいに、紅白(こうはく)の「おいおいポンチ」をつくりまします。	ツナとコーンのサラダ おいおいポンチ	○	600 kcal 22.4 g 2.0 g	ふたにく ふたレバー だいす ひよこまめ ぎゅうにゅう ツナ カルピス かんてん	こめ むぎ マーガリン あぶら じゃがいも こむぎこ さとう	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん エリンギ トマト 缶 キヤベツ こまつな コーン みかん 缶 バイン 缶 いちごりんごジュース
11 木	ミルクパン	チキンハーブぱんこやき キャベツとアーモンドのサラダ とうにゅうクリームスープ バナナ	○	595 kcal 26.1 g 2.2 g	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ サケ レンズまめ とうにゅう なまクリーム	ミルクパン パンこ オリーブオイル アーモンド あぶら さとう じゃがいも マカロニ コーンスターチ	にんにく キヤベツ コーン にんじん こまつな たまねぎ セロリ エリンギ パセリ パナナ
12 金	ごはん おかかふりかけ	ちくわのいそべあげ もやしのごまあえ こまつなとんじり	○	565 kcal 22.5 g 2.3 g	かつおぶし ちりめんじゃこのり ぎゅうにゅう ちくわ あおりのり かまぼこ わかめ みそ ふたにく とうふ	こめ むぎ さとう こめ こむぎこ あぶら すりごま こんにやく じゃがいも	キャベツ もやし きゅうり にんじん たまねぎ しいたけ ごぼう だいこん ねぎ こまつな
15 月	こんぶごはん	サケのこうみやき きんぴらごぼう わかめとふのすましじる きよみオレンジ	○	562 kcal 25.6 g 2.1 g	しおこんぶ かつおぶし ぎゅうにゅう サケ ふたにく とうふ かまぼこ わかめ	こめ むぎ こめ さんおんとう さとう あぶら ごまあぶら こんにやく あられん	しょうが にんにく りんご ねぎ ごぼう にんじん さやいんげん しいたけ だいこん もやし こまつな ねぎ きよみオレンジ
16 火	いなりごはん	わかさぎのてんぷら こんさいのいために あんかけじる みしょうかん	○	579 kcal 21.0 g 2.2 g	あぶらあげ ぎゅうにゅう わかさぎ ふたにく さつまあげ こんぶ	こめ むぎ さとう こめ こむぎこ あぶら じゃがいも こんにやく かたくりこ	しいたけ しょうが れんこん ごぼう にんじん さやえんどう はくさい ねぎ だいこん こまつな みしょうかん
17 水	ふたにくととうふの ごもくどんぶり	こまつなのおひたし けんちんじる オレンジ	○	591 kcal 27.0 g 2.9 g	ふたにく とうふ うすらたまご ぎゅうにゅう かつおぶし とりにく あぶらあげ	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ごま さといも	にんじん たまねぎ しいたけ はくさい こまつな キャベツ もやし えのきたけ ごぼう だいこん ねぎ オレンジ
18 木	セサミハニートースト	しろみぎかなのフリッター はるキャベツのサラダ こまつなスープ	○	571 kcal 25.5 g 2.8 g	ぎゅうにゅう ホキ ツナ とうふ ウィンナー	しょくパン バター はちみつ ねりごま こむぎこ あぶら じゃがいも マカロニ オリーブオイル	しょうが にんにく キヤベツ にんじん コーン たまねぎ もやし こまつな
19 金	だけのこごはん 【きせつのこんだて】 なまのだけのこをつかって ごはんをたきます。	ごもくたまごやき あげじゃがいものいために だいこんとはくさいのみそしる きよみオレンジ	○	572 kcal 23.1 g 2.5 g	あぶらあげ ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご ふたにく みそ わかめ	こめ さんおんとう あぶら こんにやく じゃがいも ごま	だけのこ にんじん しいたけ たまねぎ さやえんどう だいこん はくさい えのきたけ こまつな ねぎ きよみオレンジ
22 月	ソーフードピラフ	レバーとだいすのマリアナソース アーモンドポテトサラダ かぶのスープ	○	596 kcal 26.2 g 2.4 g	ハム えび イカ ツナ ぎゅうにゅう ふたレバー だいす	バター こめ むぎ あぶら かたくりこ さんおんとう じゃがいも アーモンド	たまねぎ パセリ しょうが にんじん きゅうり コーン キャベツ かぶ こまつな
23 火	ごはん ごまじゃここまつなふりかけ	とりにくととうふのつくねあげ くきわかめときりほしのしゃきしゃきあえ こんさいのみそしる いちご	○	615 kcal 26.3 g 2.1 g	ちりめんじゃこ かつおぶし ぎゅうにゅう とりにく だいす とうふ たまご くきわかめ ハム あぶらあげ みそ	こめ むぎ ごまあぶら さんおんとう ごま パンこ あぶら かたくりこ さつまいも	こまつな しょうが たまねぎ ニら にんじん きりほしだいこん きゅうり キヤベツ もやし しいたけ ごぼう だいこん はくさい えのきたけ ねぎ いちご
24 水	おやこどん	ひじきのいために なまあげのみそしる デコボン	○	569 kcal 25.6 g 2.8 g	とりにく かまぼこ たまご ぎゅうにゅう ひじき あぶらあげ あつあげ みそ	こめ むぎ さとう あぶら じゃがいも さんおんとう	たまねぎ にんじん こまつな さやいんげん キヤベツ デコボン
25 木	ごはん ごまわかめ	ししゃものカレーあげ あつあげとふたにくのみそいため はるのすましじる	○	568 kcal 22.9 g 2.1 g	くきわかめ ぎゅうにゅう ししゃも ふたにく あつあげ みそ はんぺん	こめ むぎ ごまあぶら さんおんとう ごま こむぎこ あぶら かたくりこ じゃがいも	しょうが ごぼう しいたけ にんじん もやし ねぎ こまつな だけのこ キヤベツ えのきたけ さやえんどう
26 金	てづくりピザパン	イカのレモンあげ コールスロー アスパラのクリームスープ	○	626 kcal 31.0 g 2.5 g	ベーコン サラミ チーズ ぎゅうにゅう イカ ツナ とりにく しらいんげんまめ とうにゅう	きょうりきこ さとう バター あぶら かたくりこ ごま マヨネーズ じゃがいも コーンスターチ バター	にんにく たまねぎ ピーマン エリンギ しょうが レモン キヤベツ にんじん きゅうり コーン セロリ アスパラガス こまつな
29 月	昭和の日						
30 火	スパゲッティミートソース	チーズポテト こまつなサラダ オレンジ	○	570 kcal 26.2 g 2.1 g	ふたにく ふたレバー だいす みそ ぎゅうにゅう チーズ	オリーブオイル スパゲッティ あぶら こむぎこ さんおんとう じゃがいも バター さとう	しょうが にんにく にんじん たまねぎ コーン パセリ こまつな キヤベツ きゅうり オレンジ

給食目標 給食の約束を守りましよう

月間平均栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
(中学年1人あたり)	584	25.1	20.7



※ご入学・ご連絡おめでとうございます*
1年生の給食も、10日水曜日からはじ

《アレルギー対応について》



食物アレルギー対応につきましては、医師の指示のもとに除去対応や詳細献立表の配布を行っております。対応にあたっては、事前に医師の診断による「学校生活管理指導表」及び保護者記入書類をご提出いただき、保護者の方との面談が必要となります。希望される方は、必要な用紙を配布しますので、お早めに学校へご連絡をお願いいたします。