

4月小学校予定献立表

令和6年度

春日部市学校給食センター

日	牛乳	献立名	スプーン	黄の仲間 熱や力の元になる	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
10 水	○	【進級お祝い献立】					629
		ごはん		米			26.3
		さわらの歯磨焼き				さわらの歯磨漬け	
		キャベツとわかめのおかかあえ			わかめ かつお節	キャベツ きゅうり にんじん	
		すまし汁			なると とり肉	みつば だいこん にんじん	
		お祝いクレープ	お祝いクレープ				
11 木	○	ごはん		米			651
		春巻き		春巻き 油			21.2
		くきわかめの中巻あえ		はるさめ ごま油 砂糖	くきわかめ	もやし きゅうり にんじん	
		にらたま汁		かたくり粉	豆腐 とり肉 卵	たまねぎ にんじん にら	
12 金	○	ごはん		米			614
		ふた肉のしょうが焼き		油	ふた肉	しょうが にんにく たまねぎ	27.8
		コーンサラダ		油 砂糖		どうもろこし こまつな キャベツ にんじん	
		ふきのみそ汁		じゃがいも	豆腐 油揚げ みそ	ふき にんじん ほうれんそう	
15 月	○	【入学お祝い献立】					609
		スクールメロンパン		パン			28.5
		とり肉のパン粉焼き		パン粉	とり肉		
		彩り野菜のサラダ ノンオイルフレンドレッシング		ドレッシング		キャベツ こまつな パプリカ	
		ABCスープ		マカロニ じゃがいも	フランクフルト	にんじん たまねぎ ピーマン セロリー マッシュルーム	
		さくらゼリー	さくらゼリー				
16 火	○	ごはん		米			604
		ハンバーグ照り焼きソース		砂糖 かたくり粉	ハンバーグ		24.6
		ごまあえ		ごま 砂糖		キャベツ こまつな にんじん	
		けんちん汁		さといも	とり肉 豆腐 油揚げ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ こんにゃく	
17 水	○	ハムピラフ		米 パター	ハム	にんじん どうもろこし グリンピース たまねぎ	595
		クリスピーチキン			クリスピーチキン		23.1
		グリーンサラダ たまねぎドレッシング		ドレッシング		ブロッコリー きゅうり こまつな キャベツ	
		コンソメスープ			フランクフルト	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー	
18 木	○	ごはん		米			620
		蒸しシューマイ(2こ)			シューマイ		27.1
		はるさめサラダ		はるさめ 砂糖 ごま油		こまつな きゅうり にんじん	
		八宝菜		油 砂糖 かたくり粉 ごま油	ふた肉 いか えび 生揚げ	にんにく しょうが ほうきい にんじん もやし たまねぎ きくらげ たけのこ	
19 金	○	【江戸川小中学校8年生生徒が考えた献立】					661
		ごはん		米			24.1
		わらじかつ ポトルソース		油	わらじかつ		
		こまつなのナムル		砂糖 ごま油		もやし こまつな にんじん	
		狭山茶ポタージュ		バター ホワイトソース	ベーコン 牛乳 チーズ ミルクカルシウム	たまねぎ マッシュルーム どうもろこし	
22 月	○	ごはん		米			588
		さけの塩焼き			さけ		28.2
		観音あえ 刻みのり			のり	きゅうり キャベツ こまつな もやし	
		肉じゃが		油 じゃがいも 砂糖	ふた肉 さつま揚げ	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	
23 火	○	ふた肉とこんぶのうどん		地粉うどん かたくり粉	ふた肉 こんぶ 油揚げ 凍り豆腐	にんじん だいこん ほうれんそう ねぎ	633
		ちくわの磯辺あげ(2こ)		小麦粉 油	ちくわ のり		27.8
		かんぴょうのあえ物		砂糖		かんぴょう こまつな にんじん	
24 水	○	ごはん		米			608
		生揚げの肉みそがけ		ごま油 砂糖 かたくり粉	生揚げ ぶた肉 みそ	にんにく しょうが ねぎ	26.5
		ブロッコリーのしょうゆあえ				ブロッコリー キャベツ どうもろこし	
		わかめスープ		ごま油	わかめ とり肉 豆腐	たまねぎ にんじん ねぎ 干しいたけ	
25 木	○	麦ごはん		米 麦			631
		ポークカレー		油 じゃがいも カレールウ	ぶた肉 牛乳 チーズ スキムミルク ミルクカルシウム	にんにく にんじん たまねぎ トマト	23.4
		青菜とじゃこのサラダ		砂糖 油	ちりめんじゃこ	こまつな キャベツ どうもろこし	
26 金	○	黒パン		パン			615
		野菜グラタン			野菜グラタン		20.8
		ほうれんそうのソテー		油	ベーコン	ほうれんそう にんじん どうもろこし	
		ポトフ		じゃがいも	フランクフルト	たまねぎ にんじん こまつな キャベツ パセリ	
30 火	○	わかめごはん		米	わかめ		618
		とりのから揚げ(2こ)		かたくり粉 油	とり肉		27.2
		即席漬け			こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	
		生揚げのみそ汁			生揚げ みそ	ほうれんそう だいこん にんじん	

*牛乳は赤の仲間 血や肉になる食品です。

*スプーンの欄に○がある日はスプーンを持ってきてください。

*一部、材料入荷の都合により献立を変更したり、記入されていない材料を使用したこともあります。ご了承ください。

*コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入する恐れがある場合や、しらす干し等の魚介類とその加工品及びわかめ等の海藻類に混入している場合等)については、記載しておりません。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
							レチノール当量	B1	B2	C		
	kcal	g (%)	%	g	mg	mg	μg	mg	mg	g	g	
月の平均栄養量	620	25.5(16.5)	27.7	91.2	397	3.6	337	0.61	0.51	39	5.7	2.3

献立表はこちらからも
ご覧になれますー

