4 月小学校予定献立表

令和7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)
15 火	○	カレーライス　麦ごはん	○	米　麦			599
		カレールウ		油　じゃがいも　カレールウ	ぶた肉	にんにく　しょうが　たまねぎ　にんじん	20.7
		春キャベツのサラダ		砂糖　油		キャベツ　にんじん　こまつな	
16 水	○	【入学・進級お祝い献立】	○	入学・進級おめでとうございます。新しい一歩を踏み出すおめでたい日に食べるものとしてとして、春日部産の赤米を加えた「赤米の赤飯」を取り入れました。			
		赤米の赤飯		米　赤米　もち米			583
		花型和風ハンバーグ		砂糖　かたくり粉	花型和風ハンバーグ		23.0
		彩り野菜のサラダ				にんじん　キャベツ　こまつな　とうもろこし	
		お祝いすまし汁			豆腐　なると　はんぺん	にんじん　だいこん　ほうれんそう　えのきたけ　ねぎ	
		お祝いいちごゼリー		ゼリー			
17 木	○	【食育の日の献立　愛知県の郷土料理】		郷土料理の「かきまわし」と、名物料理として定番の「みそカツ」を紹介します。			
		かきまわし		米　砂糖	とり肉　かまぼこ　油揚げ	にんじん　たけのこ　干ししいたけ	605
		みそカツ		油　砂糖	とんカツ　みそ		24.0
		三色おひたし				こまつな　にんじん　もやし	
18 金	○	黒パン	○	パン			633
		チーズオムレツ			チーズオムレツ		19.9
		アスパラガスのサラダ		砂糖　油	ハム	アスパラガス　こまつな　とうもろこし	
		フルーツポンチ		砂糖　ゼリー		パイナップル　黄桃	
21 月	○	ごはん		米			584
		さけの塩焼き		油	さけの一塩		31.4
		野菜のごまじょうゆ和え		砂糖　ごま油　ごま		にんじん　キャベツ　きゅうり　こまつな	
		ぶた肉とだいこんの煮物		砂糖　油	ぶた肉　生揚げ	だいこん　にんじん　こんにゃく	
22 火	○	五目うどん　地粉うどん		地粉うどん			606
		汁			ぶた肉　油あげ　かまぼこ	干ししいたけ　ほうれんそう　にんじん　たまねぎ	26.0
		いかメンチ		油	いかメンチ		
		野菜と海藻の炒め物		油　砂糖	わかめ　こんぶ　くきわかめ	ごぼう　れんこん　にんじん　こまつな　こんにゃく	
23 水	○	【飯沼中学校3年生生徒が考えた献立】		「オリジナル給食メニューコンテスト」優秀賞の献立です。旧2年2組の生徒が考えました。栄養バランスを考え旬の食材を中心に白米に合うおかずを工夫したそうです。			
		ごはん		米			604
		あじフライ　ボトルソース		油	あじフライ		28.9
		わかめとちりめんじゃこの和え物		砂糖	ちりめんじゃこ　わかめ	きゅうり　キャベツ　もやし　こまつな　にんじん　うめ	
		筑前煮		砂糖　さといも	とり肉　凍り豆腐	たけのこ　にんじん　ごぼう　干ししいたけ　こんにゃく　れんこん　さやいんげん	
24 木	○	【飯沼中学校3年生生徒が考えた献立】		「オリジナル給食メニューコンテスト」優秀賞の献立です。旧2年4組の生徒が考えました。給食で初めてのメニューや栄養のバランスを考えたそうです。			
		セルフ親子丼　ごはん		米			609
		具		砂糖　油	とり肉　凍り豆腐　卵	たまねぎ　にんじん　干ししいたけ	30.0
		キャベツときゅうりのサラダ		油　砂糖		キャベツ　きゅうり	
		けんちん汁		じゃがいも	豆腐　生揚げ　みそ	だいこん　にんじん　ねぎ　ごぼう　こまつな	
25 金	○	【図書コラボ給食　おなべおなべにえたかな】	○	「おなべおなべにえたかな　(こいでやすこ作)」から、「にんじんスープ」を紹介します。			
		パインパン		パン			634
		レバーカツ　ボトルソース		油	レバーカツ		26.4
		ツナサラダ		油　砂糖	ツナ	こまつな　キャベツ　にんじん	
		にんじんスープ　クルトン		クルトン　砂糖	ベーコン　牛乳　だいず　きんときまめ　てぼうまめ	にんじん　たまねぎ　えだまめ	
28 月	○	【飯沼中学校3年生生徒が考えた献立】		「春日部メニューコンテスト」優秀賞の献立です。旧2年3組の生徒が考えました。家庭科で学習したことを生かして、色々栄養素を考えた献立にしたそうです。			
		ごはん		米			566
		照り焼きチキン		砂糖　かたくり粉	とり肉		24.8
		カラフル野菜サラダ		オリーブ油　砂糖		キャベツ　にんじん　こまつな　とうもろこし　きゅうり　レモン	
		具だくさんみそ汁			わかめ　豆腐　油揚げ　みそ	たまねぎ　しめじ　だいこん　ほうれんそう	
30 水	○	【大凧あげ祭りにちなんだ献立】	○	江戸川河川敷で、毎年5月の3日と5日に開催される「大凧あげ祭り」にちなんだ献立です。			
		雑穀ごはん		米　麦　玄米　黒米　もちきび　赤米			650
		生揚げの肉みそがけ(2個)		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	26.7
		大凧和え		砂糖　ごま		にんじん　だいこん　さやいんげん	
		まゆだま汁		まゆ玉だんご　じゃがいも	とり肉　なると　ふ	にんじん　こまつな	
		ピーチゼリー		ゼリー			

＊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りすることもあります。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	mg	g	g
月の平均栄養量	607	26.6(16.9)	26.8	90.4	417	4.7	507	0.55	0.56	31	5.6	2.5

保護者の方へ　ー食物アレルギーについてー

※海藻類や魚には、えび・カニ・いか・たこ・おきあみ・魚などの稚魚と同じ海域で生息している、又はエサとしているため付着していても除去できません。魚介類のアレルギーのある児童、保護者の方はご了承ください。

※給食で使用する麺は「そば.卵」の、パンは「卵と乳.ごま.大豆」のラインコンタミネーションがあります。また、給食センターで調理する献立は調理場内での使用する食材のラインコンタミネーションが必ずあります。コンタミネーションについては記載しておりません。

学校給食の目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

献立表はこちらからも
ご覧になれます↓