

4月 よてい こんだてひょう

墨田区立二葉小学校

ひ	ち	よう	び	こんだてのなまえ	ひとこと	血や肉になるもの【赤】	体の調子をとのえるもの【緑】	力や体温になるもの【黄】	1食分 - kcal	たんぱく質 g
11	木			チキンライス 牛乳 じゃがいものハニーサラダ オレンジつぶつぶゼリー	令和6年度の給食が始まります！パランス良く食べて、健康な体を作りましょう！	飲用牛乳 とり肉 粉寒天	にんにく たまねぎ にんじん にんじん キャベツ きゅうり オレンジジュース みかん缶	米 油 じゃがいも はちみつ 上白糖	556	16.5
12	金			ごはん 牛乳 さばの香味焼き ごまあえ 豆腐のみそ汁	給食のお米は山形県のお米屋さんから送ってもらっています。	飲用牛乳 さば 木綿豆腐 油揚げ わかめ	にんにく しょうが ねぎ キャベツ こまつな にんじん たまねぎ	米 ごま油 上白糖 白ごま	591	27.0
15	月	1年生 給食開始		カレーライス 牛乳 ツナサラダ いちご	1年生の給食がスタートします！	飲用牛乳 ふた肉 ツナ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン いちご	米 油 じゃがいも はちみつ 小麦粉	634	20.9
16	火			わかめごはん 牛乳 からあげ おひたし 野菜のみそ汁	わかめごはんとかからあげは人気メニューです！	飲用牛乳 わかめ とり肉 油揚げ	しょうが にんにく はくさい もやし にんじん こまつな キャベツ えのきだけ こねぎ	米 油 白ごま 米粉 でんぷん 上白糖	622	23.9
17	水			マーボー丼 牛乳 糸寒天サラダ セミノール	セミノールはアメリカ生まれのみかんです！今回は鹿児島県産です。	飲用牛乳 ふた肉 大豆 豆腐 糸寒天	にんにく しょうが ねぎ にんじん だけのこ 干しいだけ こねぎ もやし きゅうり トウモロコシ こまつな セミノール	米 油 上白糖 くす粉 ごま油 白ごま	631	26.4
18	木			ミルクパン 牛乳 鮭のパン粉焼き リヨネーズポテト 野菜スープ	リヨネーズポテトはじゃがいもとたまねぎなどで作るフランスのリヨン地方の料理です。	飲用牛乳 銀鮭 ベーコン とり肉	パセリ たまねぎ しょうが にんじん エリンギ キャベツ こまつな	ミルクパン エッグケアマヨネーズ パン粉 油 じゃがいも	569	28.4
19	金			鶏南蛮うどん 牛乳 ピリ辛きゅうり 草だんご (明日葉)	八丈島の明日葉を使って、草だんごを作ります！	飲用牛乳 とり肉 油揚げ うくいすきな粉	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな きゅうり あしたば	でんぷん うどん ごま油 上白糖 白玉粉	545	22.2
22	月			親子丼 牛乳 磯香和え りんご	磯香和えは、野菜ときざみのりを和えたおひたしです。	飲用牛乳 とり肉 たまご きざみのり	たまねぎ こねぎ キャベツ もやし にんじん えのきだけ りんご	米 上白糖	576	22.5
23	火			ミートソーススパゲティ 牛乳 クルトンサラダ 清見	クルトンは、食パンを小さく切って、オーブンで焼いて作ります。	飲用牛乳 ふた肉 大豆 粉チーズ	セロリ にんにく たまねぎ にんじん トマト缶 マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン レモン きよみオレンジ	スパゲティ 油 上白糖 米粉 バター 食パン オリーブ油 三温糖	580	23.4
24	水			たけのこごはん 牛乳 揚げししゃも おかか和え むらくも汁	旬のたけのこを使ってたけのこごはんを作ります！	飲用牛乳 とり肉 油揚げ ししゃも 削り節 たまご 木綿豆腐	たけのこ にんじん さやえんどう キャベツ もやし こまつな たまねぎ えのきだけ こねぎ	米 もち米 油 でんぷん 上白糖	552	24.8
25	木			セサミトースト 牛乳 ビーンズクリームスープ キャベツサラダ	セサミトーストは、バター・はちみつ・白ごま・ねりごまを食パンに塗って焼きます。	飲用牛乳 ベーコン とり肉 レンズ豆 牛乳 脱脂粉乳 豆乳 生クリーム	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ パセリ キャベツ きゅうり コーン	食パン バター はちみつ 白ごま ねりごま 油 じゃがいも 米粉 上白糖	604	24.0
26	金			ごはん 大豆のふりかけ 牛乳 ぶりのしょうが焼き 千草あえ じゃがいものみそ汁	細かく切った大豆を使ってぶりかけを作ります！	飲用牛乳 大豆 削り節 あおのり ぶり たまご	しょうが キャベツ こまつな にんじん もやし たまねぎ	米 油 白ごま 上白糖 でんぷん じゃがいも	593	27.3
30	火			あんかけ焼きそば 牛乳 おかかポテト フルーツ牛乳寒天	フルーツと小さく切った牛乳寒天のフルーツポンチを作ります！	飲用牛乳 ふた肉 いか 削り節 粉寒天 牛乳 無糖練乳	しょうが にんじん たけのこ えのきだけ はくさい ねぎ もやし こまつな にんにく みかん缶 バイン缶 黄桃缶	油 中華めん くす粉 じゃがいも 上白糖	614	25.4

4月の給食目標は…「給食の準備や片付けを上手にしよう」です！



※献立は都合により変更することがあります。

※表示のエネルギー、たんぱく質量は中学年の値です。低学年は×0.9、高学年は×1.1の値になります。