



4月のこんだてひょう



令和7年度 調布市立第一小学校

日	曜	献立名	牛乳	黄色の食品 はたら ちから 働く力になる	赤の食品 あか しよくりん ち 血やにくになる	緑の食品 あざ ちようし どの からだの調子を整える	エネルギー たんはく質
9	水	たけのこごはん さわらの梅みそ焼き お花見すまし汁	○	こめ さとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ さわら わかめ ちらしかまぼこ	たけのこ きぬさや ねぎ うめ こまつな にんじん えのきたけ	501kcal 24.8g
10	木	中華丼 豆乳タンタンスープ スパイシー大豆	○	こめ でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう ふたにく えび いか みそ とうにゅう だいず	にんにく しょうが たけのこ にんじん たまねぎ はくさい チンゲンさい ねぎ もやし こねぎ	650kcal 28.8g
11	金	大根ごはん めひかりの米粉揚げ 五目きんぴら あおさ汁	○	こめ あぶら こめこ さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ふたにく めひかり さつまあげ あおさ みそ あぶらあげ	だいこん こまつな ごぼう れんこん にんじん いんげん えのきたけ ねぎ こんにゃく	518kcal 23.0g
14	月	みそラーメン 焼き棒ぎょうざ もやしとわかめの中華あえ	○	ちゅうかめん あぶら やまいも でんぶん さとう ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう ふたにく みそ だいず わかめ	にんにく しょうが にんじん しいたけ キャベツ はくさい ホールコーン ねぎ とう もやし こまつな	552kcal 22.9g
15	火	ごはん 肉じゃがコロッケ 大根ときゅうりのマヨしょうゆあえ 春キャベツと厚揚げのみそ汁	○	こめ あぶら じゃがいも さとう こむぎこ でんぶん パンこ エッグケアマヨ	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ みそ	たまねぎ ごぼう だいこん にんじん きゅうり キャベツ こまつな こんにゃく	614kcal 21.9g
16	水	カレーライス 玉ねぎドレッシングサラダ	○	こめ あぶら じゃがいも こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ホールコーン キャベツ きゅうり ブロッコリー	647kcal 20.6g
17	木	マーガリンパン フィッシュフライ ポテトサラダ ベーコンとキャベツのスープ	○	マーガリンパン こむぎこ でんぶん パンこ あぶら じゃがいも さとう エッグケアマヨ	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン	にんじん ホールコーン きゅうり たまねぎ キャベツ	579kcal 25.7g
18	金	わかめごはん 新じゃがと野菜の煮物 大根と油揚げのみそ汁	○	こめ ごま あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう しらすほし みそ だきこみわかめ とりにく あつあげ あぶらあげ	しょうが にんじん しいたけ たけのこ たまねぎ いんげん だいこん ねぎ こまつな こんにゃく	539kcal 21.9g
21	月	焼豚チャーハン 白身魚のウースタン もちもちさつまいもドーナッツ	○	こめ あぶら でんぶん さとう ホットケーキミックス しらたまこ さつまいも	ぎゅうにゅう やきふた がれい とうふ とうにゅう ささかまぼこ	にんじん ねぎ グリンピース しょうが チンゲンさい	577kcal 23.0g
22	火	ミルクパン マカロニグラタン コーンサラダ 森のきのこのスープ	○	ミルクパン マカロニ あぶら こむぎこ パンこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー キャベツ もやし きゅうり ホールコーン しいたけ しめじ えのきたけ こまつな	563kcal 21.2g
23	水	五平もち 海藻サラダ けんちん汁	○	アルファまい さとう ごま あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ かいそうミックス	にんじん もやし キャベツ きゅうり ごぼう だいこん しめじ ねぎ こんにゃく	516kcal 15.3g
24	木	スパゲティ ナポリタン きのこほうれんそうの豆乳スープ キャロットケーキ	○	スパゲティ オリーブオイル こめこ さとう ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう ローズハム ベーコン とうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム しめじ ほうれんそう	627kcal 21.2g
25	金	ごはん いわしのかば焼き 野菜の磯香あえ さつまいも汁	○	こめ でんぶん あぶら さとう さつまいも	ぎゅうにゅう いわし のり みそ	しょうが こまつな はくさい もやし にんじん えのきたけ こねぎ だいこん こんにゃく	621kcal 22.9g
30	水	鶏ごぼうピラフ ジャがいものタルト みそドレサラダ	○	こめ あぶら じゃがいも マーガリン さとう	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン とうにゅうクリーム チーズ みそ ひよこまめ	にんじん ごぼう たまねぎ エリンギ きゅうり キャベツ もやし パセリ ホールコーン	541kcal 18.6g

《市内産野菜》 香キャベツ

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

《姉妹都市木島平村産食材》 しめじ えのき

1年生の給食は16日（水）から始まります

給食の時間は準備から片付けまで40分間です。そのうち食事の時間はおよそ20分です。
果物の皮をむくことや食器の片付けなど、自分のことは自分でできるようにしておきましょう。

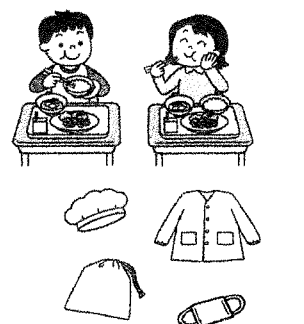
給食がはじまるよー！

《ランチョンマットとハンカチについて》

給食の前には手を洗うがいをして、机の上にランチョンマットを敷いて食べます。
ランチョンマットと給食用ハンカチは、毎日きれいなものを用意してください。

《給食当番について》

給食当番は白衣と帽子、マスクを着用します。マスクは毎日きれいなものを用意してください。
当番で使った白衣等は週末に持ち帰り、洗濯したものを月曜日に持ってきてください。
ボタンのほつれやゴムが伸びていないか等、点検していただくと助かります。
なお、他の児童も使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用は控えください。ただし
現状の給食白衣の供用を基本としつつ、希望者は個人所有のものの持参も可能となっています。
白衣の持参を希望される方は、担任へご連絡ください。



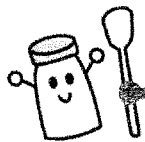


4月給食だより

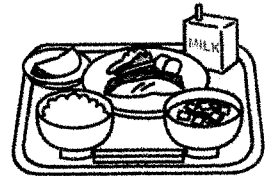
令和7年4月
調布市立第一小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思ひます。今年度も、安全・安心を心がけ、子供たちに喜んでもらえるような給食づくりに励んでいきますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



学校給食について



学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として

実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。 	2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。 	3 明るい社会性と協同の精神を養う。
4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。 	5 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。 	6 伝統的な食文化を理解する。
	7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。 	

衛生管理

安心・安全な給食が提供できるよう、「学校給食衛生管理基準」に基づき衛生管理の徹底に努めています。

調理員は健康チェックをし、身だしなみを整えています。 	野菜・果物は流水で3回以上洗います。 ※食材に異物混入がないかもチェックします。	生で食べるミニトマトや果物を除き、すべて加熱します。 ※加熱した食品は、中心温度を測定します。	調理後2時間以内に喫食できるよう、時間を考えて調理します。
--------------------------------	---	--	-----------------------------------