



4月の献立表

令和7年度 調布市立染地小学校

日	こんだて	ぎゅうにゅう 牛乳	あか なかま 赤の仲間 ち にく 血や肉になる	き なかま 黄の仲間 ねつ ちから もと 熱や力の元になる	みどり なかま 緑の仲間 からだ ちやうじ ぐんご 体の調子を整える
9 水	たけのこごはん 鯖の梅味噌焼き お花見すまし汁 清見オレンジ	○	ぎゅうにゅう、とりにく あぶらあげ、さわかめ、みそ わかめ、とうふ、かまぼこ	こめ、さとう	たけのこ、にんじん、いんげん うめぼし、はくさい、えのきたけ ねぎ、きよみオレンジ
10 木	クリームボックス（福島県のご当地パン） 春野菜のポトフ ごぼうのパリパリサラダ	○	ぎゅうにゅう、なまクリーム コンデンスミルク ウィンナーソーセージ ぶたにく	パン、さとう、バター コーンスターチ、じゃがいも あぶら、こま エッグフリーマヨネーズ	にんじん、たまねぎ アスパラガス、スナップえんどう キャベツ、セロリ、ごぼう もやし、きゅうり
11 金	コーンライス 照り焼きグラタン 野菜スープ いちご	○	ぎゅうにゅう、とりにく ちようせいとうにゅう とうにゅうクリーム とうにゅうチーズ	こめ、あぶら、さとう でんぶん、じゃがいも マカロニ、マーガリン こむぎこ	コーン、しょうが たまねぎ、エリンギ、はくさい にんじん、しめじ えのきたけ、いちご
14 月	新わかめのラーメン 鮭と大葉の包み揚げ 豆腐の中華サラダ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ、なると さけ、とうふ	ちゅうかめん、あぶら エッグケアマヨネーズ はるまきのか、さとう	にんにく、しょうが、にんじん キャベツ、もやし、コーン ねぎ、おおぼ、きゅうり
15 火	ごはん 野菜の炊き合わせ わかさぎの米粉揚げ もやしと小松菜の味噌汁	○	ぎゅうにゅう、なまあげ とりにく、わかさぎ わかめ、あぶらあげ、みそ	こめ、あぶら、こんにやく じゃがいも、さとう こめこ	にんじん、たけのこ、たまねぎ ぶさき、いんげん、もやし こまつな、ねぎ
16 水	トマトとベーコンの Pasta ポテトのバジルサラダ いちごのマドレーヌ	○	ぎゅうにゅう ベーコン ちようせいとうにゅう	スパゲッティ、あぶら さとう、じゃがいも マーガリン ホットケーキミックス	にんにく、たまねぎ、しめじ トマト、にんじん、キャベツ コーン、きゅうり、バジル、いちご
17 木	ごはん いかの玉ねぎソース かぶの塩昆布和え 里芋となめこの味噌汁	○	ぎゅうにゅう、いか しおこんぶ あぶらあげ、みそ	こめ、でんぶん、あぶら さとう、さといも	たまねぎ、にんじん こまつな、かぶ、だいこん キャベツ、はくさい ねぎ、なめこ
18 金	！ねんせい きゅうしょくスタート！ カレーライス キャベツのサラダ ぶどうゼリー	○	ぎゅうにゅう、ぶたにく	こめ、あぶら、じゃがいも こむぎこ、マーガリン さとう	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、あんずジャム、キャベツ きゅうり、コーン ぶどうジュース
21 月	焼き豚チャーハン ワンタンスープ 清見オレンジ	○	ぎゅうにゅう、やきぶた ぶたにく	こめ、あぶら、でんぶん ワンタンのかわ	たまねぎ、にんじん、ねぎ グリーンピース、しょうが もやし、ほうれんそう、たけのこ きよみオレンジ
22 火	こぎつねごはん ほっけのつけ焼き たけのこのすまし汁 カラマングリン	○	ぎゅうにゅう、あぶらあげ ほっけ、とりにく	こめ、さとう、あぶら	にんじん、しょうが、にんにく たけのこ、かぶ、かぶのは こまつな、カラマングリン
23 水	春キャベツと豚丼 焼きししゃも 貝だくさん味噌汁	○	ぎゅうにゅう、ぶたにく ししゃも、あぶらあげ、みそ	こめ、あぶら、さとう でんぶん、じゃがいも	にんにく、しょうが、たまねぎ キャベツ、だいこん、にんじん しめじ、ねぎ、ほうれんそう
24 木	オレンジフレンチトースト チキンクリームシチュー フレンチサラダ	○	ぎゅうにゅう、とりにく いんげんまめ ちようせいとうにゅう とうにゅうクリーム	パン、さとう、あぶら じゃがいも、こむぎこ マーガリン	オレンジジュース、たまねぎ にんじん、グリーンピース コーン、しめじ、キャベツ もやし、ブロッコリー、たまねぎ
25 金	わかめごはん（災害用アルファ化米） 鶏の味噌焼き 野菜の磯香和え じゃがいもの味噌汁	○	ぎゅうにゅう、わかめ とりにく、みそ、のり	アルファかまい さとう、じゃがいも	しょうが、にんにく、こまつな キャベツ、もやし にんじん、たまねぎ
30 水	ソース焼きそば 白身魚と野菜のスープ ガーリックポテト	○	ぎゅうにゅう、ぶたにく あおのり、まだら	ちゅうかめん、あぶら でんぶん、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、もやし キャベツ、しいたけ、しょうが チンゲンサイ、ねぎ

材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

調布市の姉妹都市 長野県木島平村より、えのきたけ、しめじ、なめこが届きます。

調理業務は、今年度も引き続き、株式会社メフォスに委託されました。

献立作成や食材発注は、栄養士の加藤が担当します。

毎日、安心・安全でおいしい給食を提供するのはもちろん、全員で心をこめて給食を作ります。



4月平均栄養価	
エネルギー	542kcal
たんぱく質	22.0g
脂質	19.2g
食塩相当量	2.4g

ねが
お願い



当番の児童はマスクを着用します。忘れずに持たせてください。ランドセルに予備の準備もお願いします。