



# 給食献立予定表



令和8年4月分

新宿区立天神小学校

日	曜	牛乳	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
7	火	○	マーボーふ丼	春雨サラダ オレンジゼリー	牛乳, 豚肉, みそ, 寒天	米, 麦, 油, さとう, 麩, 片栗粉, ごま油, はるさめ	にんにく, しょうが, 長ねぎ, にんじん, たまねぎ, 干しいたけ, にら, キャベツ, りょくとうもやし, きゅうり, オレンジジュース	627 kcal 23.4 g
<b>給食開始</b>								
8	水	○	チキンライス	ビーンズサラダ いちご	牛乳, 鶏肉, ひよこ豆, ツナ	米, 麦, バター, 油, 片栗粉, さとう	トマトジュース, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, キャベツ, きゅうり, とうもろこし, いちご	575 kcal 21.0 g
9	木	○	五目うどん	糸寒天の酢浸し あしたば蒸しパン	牛乳, 豚肉, かまぼこ, 寒天, かつお	うどん, 油, さとう, 片栗粉, 小麦粉, 甘納豆	にんじん, だいこん, たまねぎ, えのきたけ, 長ねぎ, こまつな, りょくとうもやし, キャベツ, あしたば	621 kcal 23.5 g
<b>地産地消給食</b>								
10	金	○	麦ご飯	ちぐさ焼き 野菜のからし和え 豚汁	牛乳, 鶏肉, ひじき, 卵, 豚肉, みそ	米, 麦, 油, さとう, こんにゃく, じゃがいも	たまねぎ, ほうれんそう, キャベツ, りょくとうもやし, にんじん, ごぼう, だいこん, 長ねぎ	580 kcal 25.4 g
13	月	○	カレーライス	コーンサラダ りんごゼリー	牛乳, 豚肉, レンズ豆, 寒天	米, 麦, 油, 小麦粉, じゃがいも, さとう	にんにく, たまねぎ, にんじん, こまつな, りょくとうもやし, とうもろこし, りんご, りんごジュース	664 kcal 21.8 g
<b>1年生給食開始</b>								
14	火	○	中華丼	パリパリサラダ 清見オレンジ	牛乳, 豚肉, なた, いか, えび	米, 麦, 片栗粉, ごま油, 油, ワンタンの皮, さとう	しょうが, たまねぎ, にんじん, たけのこ, はくさい, チンゲンサイ, こまつな, キャベツ, きゅうり, きよみ	550 kcal 21.5 g
15	水	○	いちごジャムサンド	春キャベツと鮭のシチュー オニオンドレッシングサラダ	牛乳, さけ, 白いんげん, 生クリーム	ミルクパン, 油, バター, 小麦粉, じゃがいも, さとう	いちごジャム, たまねぎ, セロリ, にんじん, にんにく, キャベツ, パセリ, りょくとうもやし, きゅうり, こまつな	572 kcal 23.6 g
16	木	○	麦ご飯	ひじきふりかけ 新じゃがのそぼろ煮 アスパラガスの梅肉和え	牛乳, ひじき, かつお, 豚肉	米, 麦, さとう, 油, じゃがいも, 片栗粉	にんじん, たまねぎ, さやえんどう, キャベツ, グリーンアスパラガス, きゅうり, ねり梅	580 kcal 21.5 g
17	金	○	たけのこご飯	カマスのから揚げ 切干大根入りお浸し 春野菜のみそ汁	牛乳, 油揚げ, かます, みそ	米, 麦, さとう, 油, 片栗粉, 小麦粉, ごま油	たけのこ, にんじん, りょくとうもやし, こまつな, 切干大根, えのきたけ, たまねぎ, キャベツ	563 kcal 23.8 g
20	月	○	スパゲッティミートソース	野菜とじゃがいものイタリアンサラダ デコポン	牛乳, ベーコン, 豚肉, 豚肉, レンズ豆, チーズ	スパゲッティ, 油, さとう, じゃがいも	にんにく, セロリ, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, ホールトマト, パセリ, キャベツ, こまつな, とうもろこし, デコポン	619 kcal 27.3 g
21	火	○	麦ご飯	さばの塩こうじ焼き 野菜のおかか和え かきたま汁	牛乳, さば, かつお, 卵	米, 麦, 塩こうじ, さとう, 油, 片栗粉	にんじん, キャベツ, りょくとうもやし, こまつな, 干しいたけ, だいこん, 長ねぎ, ほうれんそう	570 kcal 26.7 g
22	水	○	小松菜パン	タンダーリーフィッシュ キャベツサラダ ミネストローネ	牛乳, メルルーサ, プレーンヨーグルト, ベーコン, 鶏肉	こまつなパン, さとう, 油, じゃがいも, マカロニ	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, キャベツ, りょくとうもやし, とうもろこし, りんご, セロリ, ホールトマト, パセリ	516 kcal 25.0 g
23	木	○	麦ご飯	ポテトコロッケ 野菜のおろし和え 春キャベツとえのきのみそ汁	牛乳, 豚肉, みそ	米, 麦, 油, ポテトフレーク, じゃがいも, 小麦粉, パン粉, さとう	たまねぎ, にんじん, りょくとうもやし, こまつな, えのきたけ, きゅうり, だいこん, キャベツ	669 kcal 22.0 g
24	金	○	赤飯	鶏肉のから揚げ 野菜の赤しそ和え 若竹汁	牛乳, ささげ, 鶏肉, わかめ	米, もち米, 油, 片栗粉, 麩	しょうが, にんじん, キャベツ, だいこん, ゆかり, たけのこ, えのきたけ, 長ねぎ	548 kcal 21.2 g
<b>入学・進級祝い給食</b>								
27	月	○	麦ご飯	のりの佃煮 生揚げと野菜のうま煮 みそドレサラダ	牛乳, ほしのり, 鶏肉, 生揚げ, みそ	米, 麦, さとう, 油, こんにゃく, じゃがいも, ごま油	ごぼう, にんじん, さやいんげん, だいこん, キャベツ, こまつな	642 kcal 25.1 g
28	火	○	ソース焼きそば	ツナにらぎょうざ サイダーポンチ	牛乳, 豚肉, 青のり, ツナ	中華めん, 油, 片栗粉, ぎょうざの皮, 小麦粉	にんじん, 干しいたけ, たまねぎ, キャベツ, りょくとうもやし, にら, りんご缶, パイン缶, 黄桃缶	577 kcal 23.1 g
<b>お誕生給食(4月)</b>								
30	木	○	麦ご飯	さわらの西京焼き 五目きんぴら 吉野汁	牛乳, さわら, 西京みそ, さつま揚げ, 鶏肉	米, 麦, さとう, 油, つきこんにゃく, 片栗粉	ごぼう, れんこん, にんじん, さやいんげん, だいこん, ぶなしめじ, 長ねぎ, こまつな	576 kcal 26.4 g

※学校行事や食材の入荷状況、天候等の状況によって、給食実施や献立内容、使用食材が変更や中止になる場合があります。

エネルギー (kcal)

たんぱく質 (g)

## ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度が始まりました。  
 新しい教室や先生に気持ちも心機一転！みなさん、やる気に満ちあふれているのではないのでしょうか。  
 今年度も引き続き、安心して過ごせる給食時間となることを心がけながら、みなさんが楽しく給食を食べられるよう、心を込めておいしい給食作りに取り組みます。  
 1年間よろしくお願ひします！



4月分 一日あたりの平均

599 23.5

3・4学年 1人1回当たりの学校給食摂取基準

650 26.0

保護者のみなさまへ

天神小学校の給食は、献立を栄養士(藤原武)が作成し、調理業務は(株)藤江に委託しております。お子様の健やかな成長を願って、安心・安全で、おいしい給食提供を心がけております。今年度もよろしくお願ひいたします。