



# 給食献立予定表



令和6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
10	水	○	チキンライス	ビーンズサラダ キャベツスープ	牛乳、鶏肉、大豆、ツナ缶、豚肉	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、グリーンピース、もやし、きゅうり、とうもろこし、セロリ、キャベツ、にんにく、こまつな	607 kcal 25.1 g
給食開始								
11	木	○	四川豆腐丼	春雨サラダ 清見オレンジ	牛乳、豚肉、生揚げ	米、麦、油、さとう、片栗粉、ごま油、はるさめ	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、こまつな、キャベツ、もやし、きゅうり、きよみ	644 kcal 25.7 g
12	金	○	ご飯	のりとあさりの佃煮 車ふと野菜のうま煮 みそドレサラダ	牛乳、のり、あさり、鶏肉、みそ	米、さとう、油、こんにやく、じゃがいも、焼きふ、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	590 kcal 21.6 g
15	月	○	ご飯	松風焼き 野菜のおろし和え 豚汁	牛乳、鶏肉、豆腐、みそ、あおのり、豚肉、豆腐、みそ	米、片栗粉、ごま、さとう、油、こんにやく、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、えのきたけ、きゅうり、だいこん、ごぼう、長ねぎ	626 kcal 28.9 g
16	火	○	五目うどん	糸寒天のごま酢漬し あしたば蒸しパン	牛乳、豚肉、油揚げ、かまぼこ、寒天	うどん、油、さとう、片栗粉、ごま、小麦粉、バター、甘納豆	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、長ねぎ、こまつな、もやし、キャベツ、あしたば	641 kcal 24.1 g
地産地消メニュー								
17	水	○	カレーライス	わかめサラダ デコボン	牛乳、豚肉、レンズ豆、わかめ	米、麦、油、小麦粉、じゃがいも、さとう、ごま油	にんにく、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、きゅうり、キャベツ、デコボン	654 kcal 22.3 g
1年生給食開始								
18	木	○	マーメレードジャムサンド	春キャベツのシチュー コーンサラダ	牛乳、鶏肉、白いんげん、生クリーム	コッペパン、油、バター、小麦粉、じゃがいも、さとう	マーメレード、たまねぎ、セロリ、にんじん、にんにく、キャベツ、パセリ、こまつな、もやし、とうもろこし、りんご	603 kcal 22.6 g
19	金	○	赤飯	魚の香り揚げ 野菜の赤しそ和え すまし汁	牛乳、ささげ、あじ、あおのり、豆腐、かまぼこ	米、もち米、ごま、油、小麦粉、片栗粉	にんじん、キャベツ、だいこん、ゆかり、えのきたけ、たまねぎ、こまつな	584 kcal 27.1 g
入学・進級祝いメニュー								
22	月	○	スパゲッティミートソース	野菜とおいものサラダ みしょうかん	牛乳、ベーコン、豚肉、豚肉、大豆、粉チーズ	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、りんご、美生柑	625 kcal 28.3 g
23	火	○	たけのこご飯	ししゃものカレー揚げ 切干大根入りお浸し 春野菜のみそ汁	牛乳、油揚げ、ししゃも、みそ	米、麦、油、さとう、小麦粉、片栗粉、ごま油	たけのこ、にんじん、さやいんげん、もやし、こまつな、切干大根、えのきたけ、たまねぎ、キャベツ、グリーンアスパラガス	570 kcal 24.7 g
24	水	○	キャロットライス豆乳クリームソース	トマトドレッシングサラダ 伊那華のりんごジュースで作ったゼリー	牛乳、鶏肉、豆乳、寒天	米、麦、バター、油、さとう	にんじん、たまねぎ、ぶなしめじ、えのきたけ、にんにく、赤パプリカ、パセリ、キャベツ、きゅうり、もやし、トマト、りんごジュース	604 kcal 21.9 g
♪お誕生メニュー♪								
25	木	○	麦ご飯	鰯の西京焼き 五目きんぴら 吉野汁	牛乳、さわら、西京味噌、さつま揚げ、鶏肉、豆腐	米、麦、さとう、油、こんにやく、片栗粉	ごぼう、れんこん、にんじん、さやいんげん、長ねぎ、こまつな	602 kcal 28.3 g
26	金	○	ショートニングパン	ポテトコロッケ ポイル野菜 ABCマカロニスープ	牛乳、豚肉、ベーコン	ショートニングパン、油、ポテトフレーク、じゃがいも、小麦粉、パン粉、マカロニ	たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんにく、セロリ、にんじん、とうもろこし、グリーンアスパラガス	416 kcal 16.6 g
30	火	○	ご飯	ひじきふりかけ 新じゃがのそぼろ煮 野菜のからし和え	牛乳、ひじき、かつお、豚肉	米、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、もやし、こまつな	564 kcal 20.6 g

※新型コロナウイルスの感染状況や食材の入荷状況、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、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、みなさんが安心して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年間よろしくお祈りいたします！



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祈りいたします。

4月分 一日あたりの平均	595	24.1
3・4学年 1人1回当たりの学校給食摂取基準	650	26.0