



給食だより 4月号



献立表



大田区立羽田小学校

月	火 8日	水 9日	木 10日	金 11日
 入学式 始業式 	キャロットライスの クリームソース 牛乳 パリパリサラダ	親子丼 牛乳 ごま和え アップルゼリー	スパゲッティみそ ミートソース 牛乳 ポテトサラダ	チャーハン 牛乳 手作りシューマイ わかめスープ
	I栄養 - 638 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 24.7 g 食塩相当量 2.9 g	I栄養 - 606 kcal たんぱく質 23.6 g 脂質 16.8 g 食塩相当量 1.8 g	I栄養 - 604 kcal たんぱく質 25.8 g 脂質 23.5 g 食塩相当量 2.3 g	I栄養 - 606 kcal たんぱく質 26.3 g 脂質 20.3 g 食塩相当量 2.8 g
14日	15日	16日	17日	18日
ポークカレーライス 牛乳 海藻サラダ 	中華丼 牛乳 ヌーミータン くだもの（いちご）	チョコチップパン 牛乳 マカロニグラタン コンソメスープ	焼きそば 牛乳 ビーンズポテト	赤飯 牛乳 ホキのカレー粉揚げ のっぺい汁 米粉のお祝いケーキ ≪4/19開校記念日≫
I栄養 - 652 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 21.1 g 食塩相当量 3.1 g	I栄養 - 596 kcal たんぱく質 26.5 g 脂質 16.7 g 食塩相当量 3.0 g	I栄養 - 707 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 28.3 g 食塩相当量 2.7 g	I栄養 - 607 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 23.1 g 食塩相当量 2.5 g	I栄養 - 717 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 2.3 g
21日	22日	23日	24日	25日
麻婆豆腐丼 牛乳 中華ナムル くだもの（清見オレンジ）	わかめごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 肉じゃが煮	セルフフィッシュバーガー 牛乳 ABCスープ ヨーグルトあえ	こぎつねごはん 牛乳 あんかけ卵焼き 春野菜のみそ汁	シュガートースト 牛乳 ボルシチ グリーンサラダ
I栄養 - 601 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 19.5 g 食塩相当量 1.8 g	I栄養 - 661 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 2.9 g	I栄養 - 682 kcal たんぱく質 33.9 g 脂質 26.3 g 食塩相当量 2.7 g	I栄養 - 622 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 21.4 g 食塩相当量 4.0 g	I栄養 - 614 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 30.7 g 食塩相当量 3.0 g
26日（土）	29日	30日	 食物アレルギー表示 給食では、生卵・そば・ピーナッツは出ません。 ★本年度：羽田小学校では、ナッツ類・キウイ フルーツ・バナナの提供もありません。 特定原材料（7品目） 特定原材料に準ずるもの（21品目） 	
ピラフ 牛乳 魚のピザ焼き フレンチサラダ I栄養 - 648 kcal たんぱく質 29.3 g 脂質 24.8 g 食塩相当量 3.0 g	昭和の日 	麦ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ 干草和え なめこのみそ汁 I栄養 - 663 kcal たんぱく質 28.4 g 脂質 26.6 g 食塩相当量 2.8 g		

給食時間のや<そ>く

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

よい姿勢で食べる。

食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。

食事にふさわしい話をする。

食器は大切に使う。

☐ 髪の毛が出ていませんか？

☐ マスクから鼻と口が出ていませんか？

☐ 給食着は清潔ですか？

☐ 爪は短く切っていますか？

☐ 手をきれいに洗いましたか？

☐ 体調は悪くないですか？

給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

当番以外の人は、机の上を片付け、室内の換気をするなど、食事にふさわしい環境を整えましょう。

食材購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。

今月の目標：給食の準備とよい食べ方をしよう