４月　道塚小学校献立表

令和７年４月７日
大田区立道塚小学校
校長　荻間　秀浩

◎今月の給食目標→楽しい給食にしよう

日	献立名	牛乳	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（kcal）	たんぱく質（g）
9 水	くろざとうパン	○		くろざとうパン		582	26.9
	さかなのマカロニグラタン		ベーコン, ぎゅうにゅう, なまクリーム, しろいんげんまめ, たら, チーズ	くろ, バター, こむぎこ, マカロニ	たまねぎ, ブロッコリー, パセリ		
	くだもの(オレンジ)				オレンジ		
10 木	カレーライス	○	ぶたにく, とりがら	こめ, むぎ, あぶら, じゃがいも, バター, こむぎこ	たまねぎ, にんにく, しょうが, にんじん	589	18.7
	ちくわいりかいそうサラダ		かいそうサラダ, ちくわ	さとう, ごまあぶら	キャベツ, きゅうり, にんじん		
☆入学＆進級お祝い給食☆							
11 金	せきはん	○	あずき	こめ, もちごめ, ごま		607	22.0
	とりのからあげ		とりにく	こむぎこ, でんぷん, あぶら	しょうが		
	おいわいスープ		けずりぶし, とうふ, はんぺん		ねぎ, にんじん, こまつな		
	カルピスゼリー		こなかんてん, カルピス	さとう			
14 月	わかめごはん	○	たきこみわかめ	こめ, むぎ		575	25.5
	やながわふうたまごやき		とりにく, たまご	あぶら, さとう	にんじん, たまねぎ, ごぼう, しいたけ		
	みそけんちんじる		とりにく, けずりぶし, とうふ, あぶらあげ	あぶら, こんにゃく, じゃがいも	ごぼう, にんじん, だいこん, しめじ, ねぎ		
15 火	てりやきチキンバーガー	○	とりにく	パン, さとう, でんぷん	しょうが, キャベツ	631	30.9
	トマトシチュー		ぶたにく, ベーコン, レンズまめ, とりがら	あぶら, じゃがいも	にんにく, たまねぎ, にんじん, キャベツ, しょうが, トマト, パセリ		
16 水	ぶたキムチどん	○	ぶたにく	こめ, むぎ, あぶら, ごまあぶら, さとう, ごま, でんぷん	たまねぎ, はくさい, はくさいキムチづけ	599	23.7
	にらたまスープ		とりがら, とりにく, たまご	でんぷん	しょうが, にんじん, たまねぎ, にら		
	りんごゼリー		こなかんてん	さとう	りんごジュース		
17 木	スパゲティミートソース	○	ベーコン, ぶたにく, チーズ	スパゲッティ, あぶら, さとう	にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, トマト, パセリ	651	24.2
	コーンサラダ			あぶら, さとう	キャベツ, きゅうり, にんじん, コーン		
	こうちゃケーキ		たまご	バター, さとう, こむぎこ			
☆給食で世界旅行☆ ～メキシコ編～							
18 金	メキシカンライス	○	ウィンナー	こめ, むぎ, バター, あぶら	たまねぎ, にんじん, トマト, ピーマン	538	23.9
	さかなのバーベキューソースかけ		たら	でんぷん, あぶら, バター, さとう	たまねぎ, りんご, レモン		
	やさいスープ		とりがら, ベーコン	あぶら, じゃがいも	しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, コーン, パセリ		
21 月	こまつなとぶたにくのちゅうかどん	○	とりがら, ぶたにく	こめ, むぎ, あぶら, さとう, でんぷん, ごまあぶら	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, たけのこ, こまつな	696	28.3
	ビーンズポテト		だいず	あぶら, じゃがいも, でんぷん			
	スーミータン		とりがら, とりにく, たまご	でんぷん	しょうが, にんじん, たまねぎ, コーン, ねぎ		
22 火	ごはん	○		こめ, むぎ		535	24.0
	さかなのみそにふう		さば	さんおんとう, でんぷん	しょうが		
	いそあえ		やきのり, かつおぶし, けずりぶし	さとう	こまつな, キャベツ, にんじん, レモン		
	かきたまじる		けずりぶし, たまご	でんぷん	にんじん, たまねぎ, こまつな		
23 水	キャロットライスクリームソースかけ	○	ベーコン, とりにく, とりがら, ぎゅうにゅう, なまクリーム	こめ, むぎ, バター, あぶら, こむぎこ	にんじん, たまねぎ, しょうが, しめじ, パセリ	522	18.8
	ジュリエンヌスープ		とりがら, ベーコン		しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, パセリ		

24木	メープルシロップトースト			パン, バター, マーガリン, メープルシロップ, さとう		527	20.1
	パリパリサラダ	○	ツナ	さとう, あぶら, ワンタンのかわ	にんじん, きゅうり, キャベツ		
	ＡＢＣスープ		とりがら, ベーコン, ぶたにく	あぶら, じゃがいも, マカロニ	しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, パセリ		
25金	たまごいりチャーハン		ぶたにく, たまご	あぶら, ごまあぶら, こめ, むぎ, ごま	にんじん, こまつな	458	19.5
	かみかみサラダ	○	さきいか	ごま, ごまあぶら, さとう	きゅうり, にんじん, ごぼう, キャベツ		
	はるさめスープ		とりがら, とりにく	マロニー, ごまあぶら	にんじん, たまねぎ, もやし, えのきたけ, ねぎ		
28月	ツナそぼろごはん		ツナ, とりにく	こめ, むぎ, あぶら, さとう	にんじん, ごぼう, しょうが, さやいんげん	572	25.6
	こんぶサラダ	○	しおこんぶ	ごまあぶら, さとう	にんじん, キャベツ, こまつな		
	ししゃものいそべあげ		ししゃも, あおのり	こむぎこ, あぶら			
	とんじる		けずりぶし, ぶたにく, あぶらあげ	油, じゃがいも, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ		
30水	ごもくうどん		あつけずりぶし, こんぶ, ぶたにく, あぶらあげ, ちくわ	うどん	にんじん, たまねぎ, しいたけ, ねぎ, こまつな	559	20.9
	ちくわのいそべあげ	○	ちくわ, あおのり	あぶら, こむぎこ			
	フルーツポンチ			さとう	おうとう, みかん, パインアップル		

一日当たりの平均栄養価

エネルギー（kcal）	たんぱく質(g)	脂質(g)	食相当量(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	マグネシウム(mg)	亜鉛(mg)
576	23.5	20.6	2.5	316	1.9	0.36	24	5.0	76	2.7

※１　栄養量は、中学年を１として考え、低学年0.85倍、高学年を1.15倍とみてください。
※２　食材料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。

☆道塚小学校のみなさんへ☆

入学＆進級おめでとうございます！今年も安全安心な給食を提供していきます。どうぞよろしくお願いいたします。今月はみなさんの入学と進級のお祝い給食を出します。お祝い事の日に食べられる赤飯、紅白のはんぺんが入ったお祝いスープが出ます。みなさんに人気のからあげもありますよ。楽しみにしていてくださいね。

さて、給食を食べるためには、児童のみなさんも準備が必要です。給食時間の前には手洗い・うがいを必ず行うようにしましょう。

☆給食室の方々の紹介☆

道塚小学校の給食調理を担当するのは、昨年度に引き続き今年度も「株式会社　レパスト」のみなさんです。「ごちそうさまでした！」や「おいしかった！」という、道塚小学校のみなさんの元気いっぱいな声を聞くと、とてもうれしい気持ちになります。引き続き、安全でおいしい給食を届けられるように一同励んでまいります。

☆保護者の皆様へ☆

給食の配膳をする給食当番は、白衣と帽子とマスクを着用します。マスクはご家庭でご用意ください。週末には白衣を持ち帰り、洗濯とアイロンがけをお願いいたします。白衣は学校で管理していますが、ボタンやひもなどがとれかかっていましたら、直していただけると大変助かります。こどもたちが気持ちよく着ることができるよう、ご協力をお願いいたします。また、異物混入防止の観点から、髪が長く、結んでいない児童には給食当番の日は髪ゴムを持たせていただくか、結んで登校させていただけると幸いです。円滑な給食運営にご理解とご協力をお願いいたします。