

4月 道塚小学校 給食献立表

令和5年3月24日
大田区立道塚小学校

こんげつ きゅうしょくもくひょう → たの きゅうしょく
◎今月の給食目標 → 「楽しい給食にしよう」

日	献立名	牛乳	主な材料と働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			血・肉・骨になるもの (赤の仲間)	エネルギーになるもの (黄色の仲間)	体の調子を整えるもの (緑の仲間)	その他・調味料など		
10月	和風やきそば	○	ぶたにく、きざみのり	あぶら、むしちゅうかめん、ごま	しょうが、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、しいたけ、えのきたけ、たくあん	しお、こしょう、さけ、しょうゆ、でんぷん	561	24.9
	ビーンズポテト		だいず	あぶら、じゃがいも		でんぷん、しお、こしょう、パプリカ、ガーリックパウダー		
11火	バターチキンカレー	○	とりがら、とりにく	こめ、むぎ、あぶら、じゃがいも、バター、こむぎこ	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ	しお、こしょう、クローブ、オールスパイス、カレーコ、チャツネ、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、ガラムマサラ	708	24.1
	じゃこサラダ		ちりめんじゃこ	あぶら、さとう	にんじん、きゅうり、キャベツ	しょうゆ、す、こながらし		
12水	ミルクパン	○		ミルクパン			613	28.7
	魚のマカロニグラタン		ベーコン、ちょうりょうぎゅうにゅう、なまクリーム、いんげんまめ、たら、チーズ	バター、あぶら、こむぎこ、マカロニ	たまねぎ、ブロッコリー、パセリ	しお、こしょう		
	くだもの (いちご)				いちご			
13木	わかめごはん	○	わかめ	こめ、むぎ			660	24.5
	ちくわの磯部揚げ		ちくわ、たまご、あおのり	あぶら、こむぎこ		しお		
	新じゃがのそぼろ煮		ぶたにく、あつあげ	あぶら、さんおんとう、こんにやく、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、さやいんげん	しょうゆ、さけ、けずりぶし、でんぷん		
14金	小松菜チャーハン	○	ぶたにく、たまご	こめ、むぎ、あぶら	にんにく、ねぎ、にんじん、しめじ、こまつな	しょうゆ、しお、さけ、こしょう	508	24.8
	キャベツと鶏団子のスープ		とりにく、たまご	パンこ	しょうが、セロリー、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しいたけ、しょうが、キャベツ、パセリ	とりがら、ロリエ、しお、こしょう、しょうゆ、さけ		
17月	照り焼きチキンバーガー	○	とりにく	ミルクパン、あぶら、さんおんとう	しょうが、にんじん、キャベツ	しょうゆ、さけ、みりん、でんぷん、しお	623	25.8
	ABCミネストローネ		ベーコン	あぶら、じゃがいも、マカロニ、さんおんとう	しょうが、にんにく、セロリー、にんじん、たまねぎ、トマトピューレ	とりがら、しお、こしょう、ナツメグ		
	くだもの果物(オレンジ)				オレンジ			
18火	★郷土料理★ 静岡県							
	海鮮かきあげ丼	○	さくらえび、いか、たまご	こめ、むぎ、ごま、こむぎこ、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ねぎ	しお、さけ、みりん、しょうゆ	682	22.1
	するがじる駿河汁		とりにく、はんぺん		だいこん、にんじん、しいたけ、えのきたけ、しょうが、ねぎ	けずりぶし、しお、しょうゆ、さけ、みりん		
まっちゃしらたまだんご抹茶白玉団子			しらたまこ、さとう		まっちゃ			
19水	★世界の料理★ ベルギー							
	ミルクチョコパン	○		ミルクパン、チョコレート			682	23.3
	コールスローサラダ		あぶら、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン	す、しょうゆ、こながらし			
豚肉のカルナード風	ぶたにく		あぶら、じゃがいも、くろざとう、バター、こむぎこ	しょうが、にんにく、セロリー、にんじん、たまねぎ、トマトピューレ、ブロッコリー	とりがら、ロリエ、ビール、しお、こしょう、ケチャップ、こしょう、ウスターソース			
20木	★季節の行事★ 穀雨							
	スパゲティミートソース	○	ぶたにく、こなチーズ	スパゲッティ、あぶら、こむぎこ、さとう	にんにく、しょうが、セロリー、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、トマトピューレ、ホールトマト	ワイン、しお、こしょう、ナツメグ、クローブ、ケチャップ、ウスターソース、ちゅうのうソース	705	26.0
	かいそう海藻サラダ		かいそうサラダ	あぶら、さとう、ごまあぶら	キャベツ、きゅうり、にんじん	す、しょうゆ、こながらし		
よもぎのケーキ	たまご、ちょうりょうぎゅうにゅう、なまクリーム		さとう、バター、こむぎこ	よもぎ	ベーキングパウダー			

4月 道塚小学校 給食献立表

21 金	ごはん		こめ、むぎ								
	さわら 鱸の西京焼き	○	さわら					みそ、さけ、みりん、しょうゆ	642	29.1	
	よしのじる 吉野汁		とりにく、とうふ	こんにやく、さといも	にんじん、こまつな		けずりぶし、こんぶ、さけ、しお、 でんぷん、しょうゆ				
	フルーツジュレ		こなかんてん	さとう	りんごジュース、おうとう、な し、りんご						
24 月	こうやどうふ 高野豆腐のそぼろ丼	○	ぶたにく、こうやどうふ	こめ、むぎ、あぶら、さ とう、でんぷん	しょうが、にんじん、ねぎ	トウバンジャン、けずりぶし、さ け、みりん、しょうゆ、みそ					
	こまつな 小松菜の海苔和え		きざみのり	さとう、ごまあぶら	こまつな、えのきたけ、にんじん	す、しょうゆ、こながらし					
	とんじる 豚汁		ぶたにく、あぶらあげ、と うふ	あぶら、じゃがいも、こんに やく	ごぼう、だいこん、にんじん、ね ぎ	けずりぶし、みそ					
25 火	にしよく 二色サンド		クリームチーズ	しよくパン、くろざとう しよくパン	いちごジャム						
	シーザーサラダ	○	こなチーズ、クリームチ ーズ	しよくパン、あぶら、さ とう	にんじん、キャベツ、きゅうり、 にんにく、たまねぎ	ウスターソース、す、しお、こし ょう、こながらし					
	レタススープ		とりがら、ぶたにく		しょうが、にんじん、たまねぎ、 レタス、ホールコーン	しょうゆ、しお、こしょう					
26 水	こぎつねごはん		あぶらあげ	こめ、むぎ、さんおんとう、 ごま	さやいんげん	けずりぶし、うすくちしょうゆ、 しお、さけ、みりん					
	きりほしだい(こんい) 切干大根入り卵焼き	○	とりにく、たまご	あぶら、さんおんとう	にんじん、たまねぎ、きりほしだ いこん	さけ、うすくちしょうゆ、しお					
	ほるやさい 春野菜のみそ汁		あつあげ	あぶら、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、 なのはな	けずりぶし、みそ					
★旬の食材★ たけのこ											
27 木	たけのこごはん		とりにく、あぶらあげ、き ざみのり	こめ、むぎ	にんじん、たけのこ、たかのつ め、さやいんげん	けずりぶし、しお、うすくちし ょうゆ、さけ、みりん					
	さわら 鱸の香味焼き	○	さわら	ごまあぶら	にんにく、ねぎ、しょうが	しょうゆ、さけ					
	じゃがいもとわかめの みそ汁		あぶらあげ、とうふ、わか め	じゃがいも	たまねぎ	けずりぶし、みそ					
28 金	きじやき きじ焼き丼		とりにく、きざみのり	こめ、むぎ、さんおんとう		みりん、しょうゆ、さけ、でんぷん					
	こまつな 小松菜のおひたし	○	かつおぶし		こまつな、キャベツ、もやし、に んじん	しょうゆ、みりん					
	ごまけんちん汁		あぶらあげ、とうふ	あぶら、こんにやく、ごま ぎ	にんじん、ごぼう、だいこん、ね ぎ	けずりぶし、しお、しょうゆ					
いちにち あ へいきんえいようか 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)	食塩相当量(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)	
633	25.9	22.1	2.2	338	2.5	0.40	26	6.3	87	3.0	

- ※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。
- ※3 病気等の理由により、長期に渡って欠席する場合、保護者からの欠食の申し出のあった連続5日以上欠席について、変更可能な日から給食費の返金をいたします。ただし、事前に申し出のない場合は返金できません。
また、学級閉鎖や災害等で急遽休校となった場合の給食費は、すべての食料注文をキャンセルできた日から一食単価で返金いたします。
- ※4 大田区立小学校では、令和5年4月分の献立から、栄養価を日本食品成分表（八訂）で計算します。給食の内容や提供量については、今までと変わりはありません。

☆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、おいしく楽しい給食を提供していきます。楽しみにしてください。
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**を必ず行いましょう。また、保護者の方にもお願いがあります。給食の配膳を担当する給食当番は、**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、洗濯をお願いします。白衣は学校で管理しますが、ボタンやひもなどが、とれかかっていたら、直していただけたら幸いです。子供たちが気持ちよく着ることができるように、ご協力をお願い申し上げます。



☆今年度の給食費について☆

各ご家庭から徴収させていただいている給食費は、子供たちにおいしい給食を作るための食料費となります。引き落とし日前日までに口座に入金をさせていただきますようお願いいたします。

令和5年度 給食費（月単価）

- ※4月・5月分は5月、2月・3月分は2月に一括での引き落としになります。
- 低学年（1・2年） 4100円
- 中学年（3・4年） 4500円
- 高学年（5・6年） 4950円



☆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 レバスト」の皆さんです。「ごちそうさま！」や「おいしかった！」という元気いっぱいの子供たちの声を聞くと、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。

