

# 4月 道塚小学校 給食献立表

令和4年4月6日  
大田区立道塚小学校  
校長 大場 寿子  
栄養士 石黒 ひどみ

こんげつ きゅうしよくもくひょう たの きゅうしよく  
◎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	たんぱく質
			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		
8金	ミルクパン	○		ミルクパン			633	25.7
	トマトクリームグラタン		とりにく、ちょうりようぎゅうにゅう、チーズ	マカロニ、あぶら、バター、あぶら、こむぎこ	にんにく、セロリー、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマトピューレ、トマトかん、プロックロー	ワイン、しお、こしょう、ケチャップ		
	ひよこ豆入り野菜スープ		ベーコン、ひよこまめ	あぶら	セロリー、にんじん、キャベツ、パセリ	とりがら、しお、こしょう、しょうゆ		
11月	チキンカレー	○	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	とりがら、しお、こしょう、クローブ、オールスパイス、カレーこ、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	696	23.2
	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火	和風やきそば	○	ぶたにく、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、でんぶ	560	22.3
	ビーンズポテト		だいず	あぶら、じゃがいも		でんぶん、しお、こしょう、パブリカ、ガーリックパウダー		
13水	照り焼きバーガー	○	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、でんぶん、しお	605	23.7
	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(いちご)				いちご			
★ <b>地場産物</b> ★ <b>小松菜</b>								
14木	小松菜チャーハン	○	やきぶた	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	557	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		
	くだもの(清美オレンジ)				きよみオレンジ			
15金	わかめごはん	○	わかめ	こめ、むぎ			705	24.4
	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、でんぶん		
18月	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、でんぶん	しょうが、にんじん、ねぎ	トウバンジャン、かつおだし、さけ、みりん、しょうゆ、みそ	648	24.8
	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		
	アップルゼリー		こなかてん	さとう	りんごジュース			
19火	二色サンド	○	クリームチーズ、ちょうりようぎゅうにゅう	しよくパン	いちごジャム		651	23.5
	シーザーサラダ		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、コーンかん	しょうゆ、しお、こしょう		
★ <b>季節の行事</b> ★ <b>穀雨</b>								
20水	スパゲティミートソース	○	ぶたにく、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、トマトかん	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	719	25.3
	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、ちょうりようぎゅうにゅう、なまクリーム	さとう、バター、こむぎこ	よもぎパウダー	ベーキングパウダー		
21木	ごはん	○		こめ、むぎ			605	26.1
	魚の西京焼き		さわら			みそ、さけ、みりん、しょうゆ		
	けんちん汁		ぶたにく	あぶら、こんにやく、さといも	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ	けずりぶし、しお、しょうゆ、さけ		
	フルーツジュレ		こなかてん	さとう	りんごジュース、おうとうかん、なしかん、りんごかん			
22金	きじ焼き丼	○	とりにく、のり	こめ、むぎ、さんおんとう		みりん、しょうゆ、さけ、でんぶん	655	26.9
	小松菜のごま和え			さとう、ごま	にんじん、もやし、こまつな、キャベツ	しょうゆ		
	野菜と厚揚げのみそ汁		あつあげ	じゃがいも	たまねぎ、ねぎ、こまつな	けずりぶし、みそ		

# 4月 道塚小学校 給食献立表

25 月	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	620	25.3			
	きりぼしだいこん、いりたまご、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、きりぼしだいこん	さけ、うすくちしょうゆ、しお					
	はるやさい、みそしる、春野菜の味噌汁	あつあげ	あぶら、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、なばな	けずりぶし、みそ					
★郷土料理★ 静岡県										
26 火	かいせん、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	689	21.3			
	まるがじる、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					
	まっちゃしらたまご、抹茶白玉団子		しらたまご、さとう		まっちゃ					
★世界の料理★ ベルギー										
27 水	ミルクパン		ミルクパン、チョコレート			694	22.3			
	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					
	ぶたにく、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、プロッコリー	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					
★旬の食材★ たけのこ										
28 木	たけのこごはん	とりにく、あぶらあげ、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、こめぬか	623	32.9			
	さかな、こうみや、魚の香味焼き	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					
いちにちあ、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)
652	25.9	22.0	2.3	348	2.5	0.40	34	5.1	99	2.9

- ※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、変更が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、すべての食材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。

## ☆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、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材費となります。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4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。