



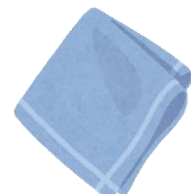
# 4月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

日	曜	献立	栄養量(中学年)	
			エネルギー	たん白質
			kcal	g
7	火	<p style="text-align: center;">♪2~6年生給食開始♪</p> ヨーグルトフレンチトースト ぎゅうにゅう ポトフ パリパリサラダ くだもの	583	23.3
8	水	<p style="text-align: center;">♪1年生給食開始♪</p> カレーライス ぎゅうにゅう かいそうサラダ	623	18.8
9	木	<p style="text-align: center;">♪入学・進級お祝い給食♪</p> せきはん ぎゅうにゅう ロックチキン こんぶサラダ おいおいスープ	649	29.3
10	金	きんぴらごはん ぎゅうにゅう ちぐさやき みそしる	587	27.0
13	月	ビビンバ ぎゅうにゅう とりチゲスープ	566	23.7
14	火	ごはん ぎゅうにゅう さかなのごまみそやき カリカリじゃこサラダ いなかじる	591	28.2
15	水	てりやきチキンバーガー ぎゅうにゅう ヌードルスープ	635	28.1
16	木	こまつなとぶたにくのちゅうかどん ぎゅうにゅう とうふとわかめのスープ あまからカリカリまめ	601	25.6
17	金	ピラフ ぎゅうにゅう とうふのミートグラタン はくさいとじゃがいものスープ	561	25.0
20	月	キムたくごはん ぎゅうにゅう ぼうぎょうざ コーンたまごスープ	605	23.1
21	火	ごはん のりのふりかけ ぎゅうにゅう にくじゃがに やさいのごまずあえ	588	22.7
22	水	<p style="text-align: center;">♪パースデー給食♪</p> ごもくうどん のむヨーグルト ツナサラダ ぐりとぐらのケーキ	648	20.8
23	木	ごまごはん ぎゅうにゅう やきざかな とんじる くだもの	580	27.0
24	金	スイートロールパン ぎゅうにゅう こめこのクリームシチュー もやしサラダ くだもの	566	27.0
27	月	たけのこごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ とうふだんごじる	560	23.7
28	火	マーボーやきそば ぎゅうにゅう だいずとこざかなのかわりあげ	579	28.6
30	木	ごはん ぎゅうにゅう さかなのみそにふう おひたし けんちんじる	603	28.3

都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。  
食物アレルギーのある児童は、詳細献立を毎日チェックしてください。

ハンカチ・ティッシュは毎日持って来て、  
マスクは必ず2枚ランドセルに入れておきましょう。



# [ 詳細献立表 ]

2026年 4月

志茂田小学校

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
7 火	ヨーグルトフレンチトースト	○	ヨーグルト, 鶏卵	食パン, 砂糖, バター, グラニュー糖	
	ポトフ		ベーコン, 豚肉	油, じゃがいも	セロリ, しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, パセリ
	バリバリサラダ			サラダ油, 砂糖, 油, ワンタンの皮	にんじん, きゅうり, キャベツ
	果物 (オレンジ)				オレンジ
8 水	カレーライス	○	豚肉	米, 麦, じゃがいも, サラダ油, バター, 小麦粉	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ
	海藻サラダ		海藻サラダ	砂糖, ごま油	キャベツ, きゅうり, にんじん
9 木	赤飯	○	ささげ	米, もち米, ごま	
	ロックチキン		鶏肉	小麦粉, コーンフレーク, 油	
	昆布サラダ		昆布	ごま油, 砂糖	にんじん, キャベツ, 小松菜
	お祝いスープ		あらははんべん, 祝なると, 豆腐		ねぎ, にんじん, 小松菜
10 金	きんぴらごはん	○	豚肉	米, 麦, サラダ油, しらたき, 砂糖, ごま油	ごぼう, にんじん, さやいんげん
	千草焼き		鶏肉, 鶏卵	サラダ油, 砂糖	にんじん, たまねぎ, しいたけ, 小松菜
	みそ汁		豆腐, 油揚げ		だいこん, えのきたけ, ねぎ
13 月	ビビンバ	○	豚肉	米, 麦, サラダ油, 砂糖, ごま, ごま油	にんにく, しょうが, たけのこ, 小松菜, もやし, にんじん
	とりチゲスープ		鶏肉		しょうが, にんじん, もやし, だいこん, えのきたけ, にら
14 火	ごはん	○		米, 麦	
	魚のごまみそ焼き		鱈	ごま, 砂糖, ごま油	しょうが
	カリカリじゃこサラダ		ちりめんじゃこ	ごま油, 砂糖	キャベツ, きゅうり, にんじん, もやし
	田舎汁		油揚げ	こんにゃく, じゃがいも	にんじん, だいこん, しめじ, ねぎ, なめこ
15 水	照り焼きチキンバーガー	○	鶏肉	ショートニングパン, 砂糖, でんぷん	しょうが, キャベツ
	ヌードルスープ		ベーコン, 豚肉	サラダ油, じゃがいも, ヌイユ	しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, パセリ
16 木	小松菜と豚肉の中華丼	○	豚肉	米, 麦, サラダ油, 砂糖, でん粉, ごま油	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, たけのこ, 小松菜
	豆腐とわかめスープ		鶏肉, 豆腐, わかめ	ごま油	しょうが, にんじん, えのきたけ, もやし, ねぎ
	甘辛カリカリ豆		大豆	でん粉, 油, 三温糖, ごま	
17 金	ピラフ	○	鶏肉	米, 麦, バター, 油	しょうが, たまねぎ, にんじん, ビーマン
	豆腐のミートグラタン		豆腐, 豚肉, 大豆, チーズ	サラダ油, パン粉, バター	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, トマト
	白菜とじゃが芋のスープ		ベーコン	サラダ油, じゃがいも	にんじん, たまねぎ, はくさい, しょうが
20 月	キムたくごはん	○	豚肉	米, 麦, サラダ油, ごま油	にんじん, はくさいキムチ漬, たくあん
	棒ぎょうざ		豚肉, ツナ	サラダ油, はるさめ, でん粉, ごま油, 春巻きの皮, 小麦粉	キャベツ, にら, にんにく, しょうが
	コーンたまごスープ		鶏肉, 鶏卵	サラダ油, でん粉	にんじん, たまねぎ, しょうが, コーン, ねぎ
21 火	ごはん	○		米, 麦	
	海苔ふりかけ		ちりめんじゃこ, のり	ごま油, ごま, 砂糖	にんにく
	肉じゃが煮		豚肉	サラダ油, こんにゃく, じゃがいも, ふ, 砂糖	にんじん, たまねぎ, さやいんげん
	野菜のごま酢あえ			ごま, 砂糖	にんじん, もやし, キャベツ, 小松菜
22 水	五目うどん	○	豚肉, 油揚げ, ちくわ	うどん	にんじん, しいたけ, たまねぎ, ねぎ, 小松菜
	飲むヨーグルト		飲むヨーグルト		
	ツナサラダ		ツナ	サラダ油, 砂糖	キャベツ, きゅうり, にんじん
	ぐりとぐらのケーキ		鶏卵	バター, グラニュー糖, 小麦粉	

23 木	ごまごはん		米, 麦, ごま	
	焼き魚	○	鮭	
	豚汁		豚肉, 油揚げ	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ
	くだもの(りんご)			りんご
24 金	スイートルールパン		スイートルールパン	
	米粉のクリームシチュー	○	鶏肉, 豆乳, 牛乳, 生クリーム	にんじん, たまねぎ, しょうが, マッシュルーム, パセリ
	もやしサラダ		ハム	もやし, にんじん, きゅうり
	果物(オレンジ)			オレンジ
27 月	たけのごはん		鶏肉, 油揚げ	たけのこ, さやいんげん
	ちくわの磯辺揚げ	○	ちくわ, 青のり	
	豆腐団子汁		豆腐, 鶏肉, 鶏卵	にんじん, だいこん, はくさい, 小松菜
28 火	マーボー焼きそば		豚肉, 豆腐	にんにく, しょうが, にんじん, しいたけ, たまねぎ, ねぎ, にら
	大豆と小魚の変わり揚げ	○	大豆, 煮干し	
30 木	ご飯		米, 麦	
	魚のみそ煮風	○	鯖	しょうが
	おひたし			小松菜, キャベツ, にんじん, もやし
	けんちん汁		鶏肉, 豆腐, 油揚げ	ごぼう, にんじん, だいこん, しめじ, ねぎ