



令和7年度 4月分 3つの栄養別 給食献立表（表面）



大田区立梅田小学校

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	その他	ねらい等
9 水	スパゲッティミートソース	○	豚肉(挽肉),大豆	スパゲッティ,オリーブ油,三温糖	にんにく,しょうが,セロリー,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム缶,トマト缶,パジル,パセリ	塩,赤ワイン,ナツメグ,クローブ,オレガノ,トマトケチャップ,トマトピューレ,中濃ソース,ウスターソース,赤みそ,こしょう	
	フレンチポテトサラダ			じゃがいも,サラダ油,砂糖	にんじん,きゅうり,ホールコーン缶	酢,塩,粉辛子	
	果物(りんご)				りんご	塩	
10 木	ごまわかめごはん	○	炊き込みわかめ	米,白いりごま		水(米)×1.2	
	鮭の香味焼き		生鮭(50g)	三温糖,ごま油	しょうが,にんにく,ねぎ	酒,こしょう,しょうゆ	
	キャベツと塩昆布の和えもの		塩昆布	サラダ油,三温糖	キャベツ,きゅうり,にんじん	酢,しょうゆ,粉辛子	
	ごまみそ汁		削り節(だし),豆腐,カットわかめ	じゃがいも,白ねりごま	たまねぎ,にんじん,ねぎ,小松菜,えのきだけ	水,白みそ,赤みそ	
11 金	ミルクパン	○		ミルクパン(50g)			給食開始 1年生
	ポテトのミートグラタン		豚肉(挽肉),大豆,ピザ用チーズ	オリーブ油,じゃがいも,小麦粉	にんにく,たまねぎ,トマト缶,パセリ	赤ワイン,トマトケチャップ,トマトピューレ,塩,こしょう,オレガノ,グラタン皿	
	洋風卵スープ		ベーコン,鳥がら,豚肉,鶏卵	でん粉	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム缶,キャベツ,ホールコーン缶	水,ロリエ,白ワイン,塩,こしょう	
14 月	ツナピザトースト	○	ベーコン,ツナ缶,ピザ用チーズ	食パン(50g),サラダ油	たまねぎ,マッシュルーム缶,レモン汁	トマトケチャップ	
	春野菜のボトフ		鳥がら,ベーコン,豚肉	サラダ油,じゃがいも	セロリー,にんにく,にんじん,たまねぎ,キャベツ,さやいんげん	水,ロリエ,白ワイン,塩,こしょう	
	果物(いちご)				いちご		
15 火	五目チャーハン	○	豚肉(挽肉)	米,ラード,ごま油	にんにく,しょうが,干しいたけ,にんじん,たけのこ(水煮),ねぎ	水(米)×1.2,しょうゆ,酒,塩,こしょう	
	中華風卵焼き		豚肉(挽肉),大豆,鶏卵	ごま油,三温糖	しょうが,たまねぎ,にんじん,たけのこ(水煮),にら	酒,塩,しょうゆ,だし汁	
	春わかめのスープ		鳥がら,豚肉,豆腐,生わかめ	ごま油	しょうが,たまねぎ,えのきだけ,にんじん,ねぎ	水,酒,塩,こしょう,しょうゆ	
16 水	ポークカレーライス	○	豚肉,鳥がら,ひよこまめ(乾)	米,サラダ油,じゃがいも,小麦粉	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,りんご	水(米)×1.2,酒,水,ロリエ,塩,こしょう,カレー粉,オールスパイス(粉),クローブ,クミン,ターメリック,コリアンダー,トマトケチャップ,しょうゆ,オイスターソース,ウスターソース	
	じゃこ入り海藻サラダ		海藻サラダ,ちりめんじゃこ	サラダ油,三温糖,ごま油	キャベツ,きゅうり,にんじん	酢,しょうゆ,粉辛子	
	ぶどうゼリー		粉寒天	砂糖	ぶどうジュース	水,プリンカップ(60cc)	
17 木	ひじきごはん	○	干ひじき,豚肉(挽肉),油揚げ	米,サラダ油,三温糖	にんじん,さやいんげん	水(米)×1.2-調味料,酒,しょうゆ,だし汁,塩	
	鶏肉のしょうが焼き		鶏肉切り身(50g)	サラダ油	しょうが	しょうゆ,みりん,酒	
	若竹汁		削り節(だし),昆布(だし),生わかめ,かまぼこ		たまねぎ,たけのこ(ゆで),えのきだけ,ねぎ	水,塩,うすくちしょうゆ,しょうゆ	
18 金	海鮮焼きそば	○	豚肉,いか,むさび,青のり	サラダ油,蒸し中華めん	しょうが,にんじん,たまねぎ,キャベツ,もやし,にら	塩,こしょう,酒,しょうゆ,中濃ソース,ウスターソース	
	ビーンズポテト		大豆	じゃがいも,でん粉,油		塩,こしょう	
	果物(柑橘類)				オレンジ		

※材料の都合上、献立を変更することがあります。ご了承ください。

今月の給食目標

きまりを守って 食事の用意

- ・手洗いをしっかりとし、身支度を整えよう
- ・協力してクラスを整頓しよう
- ・創意工夫して、衛生的な環境づくりをしよう



◆今月の栄養価(中学年)
エネルギー 583kcal
たんぱく質 22.1g
カルシウム 340mg
食塩相当量 2.2g





令和7年度 4月分 3つの栄養別 給食献立表(裏面)



大田区立梅田小学校

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	その他	ねらい等
21月	ごまトースト			食パン(50g)、バター、白すりごま、白ねりごま、グラニュー糖、砂糖			
	アスパラガスのサラダ	○		サラダ油、砂糖	キャベツ、きゅうり、アスパラガス、ホールコーン缶	塩、酢、粉辛子	
	かぶのクリームシチュー		ベーコン、鳥がら、豚肉、牛乳、生クリーム	じゃがいも、サラダ油、バター、小麦粉	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム缶、かぶ、かぶの葉	水、ロリエ、白ワイン、塩、こしょう	
22火	胚芽ごはん			米、胚芽米		水(米)×1.2	
	手作りふりかけ		かつお節、青のり、きざみのり	白いりごま		塩	
	いかのかりん揚げ	○	いか	でん粉、油	にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん	
	春野菜の煮物		削り節(だし)、鶏肉、さつま揚げ	こんにゃく、じゃがいも、三温糖	にんじん、たけのこ(ゆで)、ふき、さやえんどう	水、酒、みりん、うすくちしょうゆ、塩	
23水	麻婆豆腐丼		豚肉(挽肉)、鳥がら、ハチみそ、豆腐	米、サラダ油、三温糖、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、ねぎ、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、たけのこ(水煮)、にら	水(米)×1.2、トウバンジャン、水、塩、しょうゆ、赤みそ、紹興酒	
	かきたまスープ	○	鳥がら、鶏卵	でん粉、ごま油	しょうが、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、小松菜	水、塩、こしょう、しょうゆ	
	果物(柑橘類)				オレンジ		
24木	山菜うどん		昆布(だし)、厚削り節(だし)、豚肉、豚ばら、油揚げ	冷凍うどん(給)、サラダ油	ごぼう、たまねぎ、にんじん、わらび、ぜんまい、えのきたけ、ねぎ	だし汁、水、酒、塩、うすくちしょうゆ、しょうゆ、みりん	
	笹かまぼこの磯辺揚げ	○	ささかまぼこ(20g)、青のり	油		水、米粉	
	ごまあえ			三温糖、白ねりごま、白すりごま	にんじん、もやし、小松菜、キャベツ	だし汁、しょうゆ	
25金	ゆでたて筍ごはん		油揚げ	米	たけのこ	水(米)×1.2-調味料、酒、塩、うすくちしょうゆ、だし汁、みりん	
	ししゃものカレー風味		ししゃも(20g)			酒、カレー粉	
	キャベツと塩昆布の和え物	○	塩昆布	サラダ油、ごま油、三温糖	にんじん、もやし、キャベツ、きゅうり	酢、しょうゆ、粉辛子	
	けんちん汁		豚肉、削り節(だし)、昆布(だし)、豆腐、油揚げ	ごま油、こんにゃく、じゃがいも	ごぼう、にんじん、だいこん、えのきたけ、ねぎ	酒、水、塩、しょうゆ	
28月	丸パン			丸パン(50g)			
	白身魚のガーリックフライ	○	ホキ(50g)	小麦粉、ソフトパン粉、生パン粉、油	にんにく	塩、こしょう、白ワイン、水、中濃ソース	
	ゆで春キャベツ				キャベツ		
	ABCトマトスープ		ベーコン、豚肉、鳥がら	オリーブ油、三温糖、じゃがいも、ABCマカロニ	にんにく、セロリー、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム缶、トマト缶	赤ワイン、塩、こしょう、水、ロリエ	
30水	新たまねぎたっぷり豚丼		豚肉もも(薄切り)	米、サラダ油、三温糖	しょうが、ごぼう、たまねぎ、さやいんげん	水(米)×1.2、酒、しょうゆ、塩、みりん	
	豆腐と油揚げのみそ汁	○	削り節(だし)、豆腐、油揚げ	じゃがいも	にんじん、えのきたけ、ねぎ、小松菜	水、白みそ、赤みそ	
	りんごかん		粉寒天	砂糖	りんごジュース	水、プリンカップ(60cc)	

※材料の都合上、献立を変更することがあります。ご了承ください。

◆今月の給食回数 15回



ご入学・ご進級、おめでとうございます。

新しい1年生を迎え、新学期が始まりました。学校給食は、心身の成長と健康を増進すること、そして食に関する正しい理解を養う場として食育の推進を図ることを目的としています。児童の健やかな成長を願って、安心、安全、おいしい給食づくりに努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

【給食時間に学ぶこと】

- ・健康で過ごすために、自ら選んで食べる力をつける。
 - ・手洗いやうがい、清潔な身支度などを通して、安全で衛生的な生活ができるようにする。
 - ・運搬や配膳の仕事を分担し、協力する大切さを身に付ける。
 - ・食べ物を大切に、生産などに関わる方々への「感謝するところ」を育む。
- 学校給食は、学校全体の教育活動の一環として位置づけられています。ぜひ、ご家庭でも給食について話題にしてみてください。

