



4月の献立表

令和8年度 調布市立染地小学校

日	献立	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える
8水	チキンライス かぶとひよこ豆のスープ 南津海 (かんぎつ類)	○	ぎゅうにゅう, とりにく ベーコン, ひよこめ	こめ, おおむぎ, あぶら	たまねぎ, にんじん マッシュルーム, コーン グリーンピース, かぶ キャベツ, なつみ
9木	たけのこごはん 鱈の西京焼き お花見すまし汁 きな粉白玉	○	ぎゅうにゅう, とりにく あぶらあげ, さわら, みそ わかめ, とうふ かまぼ, きなこ	こめ, さとう しらたまだんご	たけのこ, にんじん いんげん, はくさい えのきたけ, ねぎ
10金	クリームボックス 春野菜のポトフ 揚げさつま芋のサラダ	○	ぎゅうにゅう, なまクリーム コンデンスミルク ウィンナー, セージ ぶたにく	パン, さとう, バター コーンスターチ じゃがいも さつまいも, あぶら, ごま エッグフリーマヨネーズ	にんじん, たまねぎ アスパラガス, キャベツ スナップえんどう, セロリー もやし, きゅうり
13月	コーンピラフ 魚のタンドリーグリル カラフルサラダ 新たまねぎとじゃがいものスープ	○	ぎゅうにゅう, とりにく ベーコン, まんだい とうにゅう, ヨーグルト	こめ, おおむぎ, あぶら さとう, じゃがいも	にんにく, たまねぎ, にんじん コーン, しょうが, もやし ブロッコリー, キャベツ あかピーマン, きピーマン
14火	肉ごぼうごはん かまぼこと野菜のおかか和え 焼きししゃも 豚バラと厚揚げの味噌汁	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ししゃも, かまぼ, おかか ぶたにく, なまあげ, みそ	こめ, おおむぎ, あぶら こんにゃく, さとう	しょうが, ごぼう, にんじん こまつな, きゅうり, もやし キャベツ, 二葉, えのきたけ たまねぎ
15水	オレンジフレンチトースト チキンクリームシチュー フレンチサラダ	○	ぎゅうにゅう, とりにく いんげん, まめ ちようせい, とうにゅう とうにゅう, クリーム	パン, さとう, あぶら じゃがいも, こむぎこ マーガリン	オレンジジュース, たまねぎ にんじん, グリンピース しめじ, キャベツ きゅうり, レタス
16木	塩ラーメン いかステーキ 豆もやしのナムル	○	ぎゅうにゅう ぶたにく, いか	ちゅうかめん, あぶら でんぶん, さとう	にんにく, しょうが にんじん, キャベツ, もやし コーン, きくらげ, ねぎ たまねぎ, まめもやし こまつな
17金	1ねんせい きゅうしよくスタート! カレーライス 春キャベツのツナサラダ ぶどうゼリー	○	ぎゅうにゅう ぶたにく, ツナ	こめ, あぶら, じゃがいも こむぎこ, マーガリン さとう	にんにく, しょうが たまねぎ, にんじん, コーン あんずジャム, キャベツ はくさい, ぶどうジュース
20月	ハムピラフ 青のりポテ大豆 レタスのスープ	○	ぎゅうにゅう, ハム だいず, あおのり とりにく	こめ, おおむぎ, あぶら でんぶん, じゃがいも	たまねぎ, にんじん マッシュルーム, コーン パセリ, レタス, えのきたけ
21火	春キャベツの回鍋肉丼 海鮮団子のスープ いちご	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく なまあげ, みそ たら, いか	こめ, おおむぎ, さとう あぶら, でんぶん じゃがいも	しょうが, にんにく, にんじん ねぎ, ピーマン, キャベツ チンゲンサイ, もやし, いちご
22水	こぎつねごはん ほっけの漬け焼き 筍と豆腐のお吸い物 カラマンダリン	○	ぎゅうにゅう, あぶらあげ ほっけ, ぶたにく とうふ, わかめ	こめ, さとう, あぶら	にんじん, しょうが, にんにく たけのこ, カラマンダリン
23木	ミルクパン ポテトグラタン フルーツサラダ 白菜のスープ	○	ぎゅうにゅう, とりにく なまクリーム, チーズ	パン, じゃがいも, あぶら こむぎこ, バター パンこ	たまねぎ, にんじん マッシュルーム, バイン みかん, レタス, キャベツ きゅうり, はくさい しめじ, もやし
24金	わかめごはん (災害用アルファ化米) 鶏の味噌焼き 磯香和え じゃがいもの味噌汁	○	ぎゅうにゅう, わかめ とりにく, みそ, のり	アルファかまい, さとう じゃがいも	しょうが, にんにく こまつな, キャベツ もやし, にんじん, たまねぎ
28火	スパゲッティナポリタン マセドアンサラダ いちごのマドレーヌ	○	ぎゅうにゅう, ハム ウィンナー, セージ ちようせい, とうにゅう	スパゲッティ, あぶら さとう, じゃがいも マーガリン ホットケーキミックス	たまねぎ, にんじん ピーマン, マッシュルーム コーン, いんげん きゅうり, いちご
30木	ごはん 鶏肉と大根の炒め煮 春野菜の豆乳味噌汁 しらぬい	○	ぎゅうにゅう, とりにく さつあま, あぶらあげ わかめ, みそ ちようせい, とうにゅう	こめ, あぶら, じゃがいも こんにゃく, さとう	しょうが, にんにく だいこん, にんじん, ごぼう こまつな, しめじ キャベツ, たまねぎ, しらぬい

材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

調布市の姉妹都市 長野県木島平村より、えのきたけ、しめじが届きます。

調理業務は、今年度も引き続き、株式会社メフォスに委託されました。

献立作成や食材発注は、栄養士の加藤が担当します。

毎日、安心・安全でおいしい給食を提供するのはもちろん、全員で心をこめて給食を作ります。



4月平均栄養価

エネルギー	549kcal
たんぱく質	23.1g
脂質	19.3g
食塩相当量	2.4g

ねが
お願い



当番の児童はマスクを着用します。忘れずに持たせてください。ランドセルに予備の準備もお願いします。