

令和6年



# 4月のこんだて



14回 (1年生11回)

## <給食の目標>用意と後始末をしっかりとしよう!

国分寺市立第二小学校

10	水	かつかれーrais 福神漬け コールスロー(手作りフレンチドレッシング)	ぎゅうにゅう牛乳
11	木	わかめご飯 鱈の西京焼き 青菜のおひたし けんちん汁 お花見だんご	ぎゅうにゅう牛乳
12	金	あんかけやきそば チーズとひじきの春巻き スティック胡瓜	ぎゅうにゅう牛乳
15	月	ガーリックトースト ハンガリアシチュー わかめサラダ(手作り和風ドレッシング)	ぎゅうにゅう牛乳
16	火	チーズ入り焼きおにぎり 鯖の変わり揚げ ごま和え 豚汁	ぎゅうにゅう牛乳
17	水	カレーうどん お好み焼き 粉ふき芋 オレンジ	ぎゅうにゅう牛乳
18	木	たけのご飯 鯉の甘辛煮 即席漬け 五目汁	ぎゅうにゅう牛乳
19	金	ブルコギ丼 きゅうりナムル 卵入りチンゲン菜のスープ カルピスゼリー	ぎゅうにゅう牛乳
22	月	麦入りご飯 肉じゃがコロッケ アスパラのおかかあえ 若竹汁	ぎゅうにゅう牛乳
23	火	ごはん 海苔ふりかけ 鮭の菜種焼き キャベツソテー のっぺい汁	ぎゅうにゅう牛乳
24	水	ウインナーロール チンゲン菜のクリーム煮 よくばりサラダ(手作り中華風ドレッシング)	ぎゅうにゅう牛乳
25	木	五平餅 ハタハタのから揚げ 昆布野菜 飛鳥汁 オレンジ	ぎゅうにゅう牛乳
26	金	スパゲティミートソース アメリカンポテト(ケチャップソース) 野菜スープ	ぎゅうにゅう牛乳
30	火	きび入りごはん 鶏肉の漬け焼き 切干大根の煮物 すいとん	ぎゅうにゅう牛乳

☆お花見だんご  
2~4年:2個  
5・6年:3個

☆スティック  
胡瓜  
2~4年:2本  
5・6年:3本

15日から  
1年生の給食が  
始まります。

☆チーズ入り  
焼きおにぎり  
1~4年:1個  
5・6年:2個



☆ハタハタの  
から揚げ  
1~4年:2本  
5・6年:3本



主に力のもとになる食品・きいろ	主に血や肉、骨をつくる食品・あか	主に体の調子を整える食品・みどり
地粉 生パン粉 油 米 じゃがいも パター 三温糖	とり肉 たまご ぶた肉 牛乳 調理牛乳	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト 缶りんご 福神漬 きゅうり コーン キャベツ
米 三温糖 さといも 油 白玉粉 上新粉	炊き込みわかめ 牛乳 さわら切身 白みそ とり肉 とうふ 花かつお きなこ	なばな もやし こまつな だいこん 長ねぎ ごぼう にんじん こんにゃく よもぎ
中華めん 油 ごま油 でんぷん 三温糖 春巻きの皮 地粉	ぶた肉 いか むきえび 牛乳 ぶたひき肉 ひじき 油揚げ タイスチーズ	しょうが たまねぎ 干しいたけ にんじん もやし はくさい ビーマン 長ねぎ さやいんげん きゅうり
食パン パター じゃがいも 地粉 油 三温糖	牛乳 ぶた肉 ピザチーズ 茎わかめ	にんにく パセリ にんじん たまねぎ ビーマン キャベツ きゅうり
米 三温糖 ごま油 でんぷん 油 練りごま 白ごま じゃがいも	粉かつお 塩昆布 ピザチーズ 牛乳 さば ぶた肉 とうふ 赤みそ 花かつお	しょうが にんにく もやし こまつな にんじん 長ねぎ ごぼう だいこん こんにゃく
うどん 油 でんぷん ながいも 地粉 じゃがいも	ぶた肉 花かつお 牛乳 たまご 青のり	長ねぎ たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ しょうが オレンジ
米 油 三温糖 でんぷん	油揚げ 牛乳 かつお 切り昆布 花かつお とうふ 赤みそ	たけのこ にんじん さやいんげん しょうが かぶ こまつな だいこん 長ねぎ
米 油 はるさめ 三温糖 ごま油 白ごま でんぷん 乳酸菌飲料	ぶた肉 牛乳 赤みそ とり肉 たまご 花かつお	しょうが たまねぎ もやし りんご にんにく きゅうり ちんげん菜 えのきたけ にんじん 粉かんでん
米 押し麦 じゃがいも 油 三温糖 地粉 生パン粉 でんぷん	牛乳 ぶた肉 たまご 花かつお わかめ	たまねぎ にんじん しらたき グリーンアスパラ もやし たけのこ こまつな
米 ごま油 白ごま 油 マヨネーズ さといも でんぷん	牛乳 のり しゃけ切身 たまご とり肉 とうふ 油揚げ 花かつお	こまつな キャベツ コーン にんじん だいこん 長ねぎ しめじ
強力粉 三温糖 パター 油 上新粉 ごま油	たまご ウインナー 牛乳 ベーコン 生クリーム 茎わかめ ひじき 青大豆 調理牛乳	ちんげん菜 たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン しめじ れんこん キャベツ
米 もち米 練りごま 白ごま 三温糖 でんぷん 上新粉 油 じゃがいも	赤みそ 牛乳 はたはた 塩昆布 とり肉 とうふ 花かつお 調理牛乳	にんじん キャベツ はくさい しめじ 長ねぎ オレンジ こんにゃく
スパゲッティ オリーブ油 油 地粉 パター じゃがいも 薄力粉 三温糖	ぶたひき肉 大豆 粉チーズ 牛乳 たまご とり肉 花かつお 調理牛乳	にんにく セロリ たまねぎ マッシュルーム にんじん トマト缶 キャベツ こまつな
米 きび 白ごま 三温糖 白玉粉 地粉	牛乳 とり肉 赤みそ 油揚げ 青大豆 たまご とり肉 花かつお	しょうが 切り干し大根 にんじん だいこん しめじ 長ねぎ こまつな

(中 学 養 年 量)	ビ タ ミ ン					塩分 g
	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂肪 g	カルシウム mg	鉄分 mg	
	632	27	23	345	24	3

◎新メニュー◎  
海苔ふりかけ 鮭の菜種焼き

※都合により献立を変更する場合があります。