

ひにち	ようび	こんだてのなまえ			ひとこと	血や肉になるもの【赤】	体の調子をととのえるもの【緑】	力や体温になるもの【黄】	1食分 kcal	たんぱく質 g
8	火	チキンライス	牛乳	じゃがいものハニーサラダ いちご	令和7年度の給食が始まります！ バランス良く食べて健康な体を作りましょう！	牛乳飲用 とり肉	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ きゅうり いちご	米 油 じゃがいも はちみつ	519	17.9
9	水	入学式								
10	木	ごはん わかめのジュージュ	牛乳	ぶりのしょうが焼き ごまあえ 豆腐のみそ汁	わかめのジュージュは、ごはんがすすむおかずです。	牛乳飲用 わかめ 削り節 ぶり 木綿豆腐 油揚げ	ねぎ しょうが キャベツ こまつな にんじん たまねぎ	米 ごま油 上白糖 でんぷん 白ごま	594	27.7
11	金	かきたまうどん	牛乳	ピリ辛きゅうり 草だんご（明日葉）	八丈島の明日葉を使って、草だんごを作ります！	牛乳飲用 とり肉 油揚げ たまご うぐいすきな粉	たまねぎ にんじん こまつな ねぎ きゅうり あしたば粉末	でんぷん うどん ごま油 上白糖 白玉粉	568	23.3
14	月	1年生 給食開始 カレーライス	牛乳	コーンサラダ オレンジゼリー	1年生の給食がスタートします！	牛乳飲用 とり肉 粉チーズ 粉寒天	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン オレンジジュース	米 油 じゃがいも はちみつ 小麦粉 バター 上白糖	653	20.2
15	火	マーボー丼	牛乳	糸寒天サラダ 清見	糸寒天は、透明でぶるぶるした食感の食材です。	牛乳飲用 ぶた肉 大豆 豆腐 糸寒天	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ にんじん たけのこ こねぎ もやし きゅうり トウモロコシ こまつな 清見	米 ごま油 上白糖 でんぷん 白ごま 油	628	26.5
16	水	ミルクパン	牛乳	鮭のパン粉焼き リヨネーズポテト 野菜スープ	リヨネーズポテトはじゃがいもとたまねぎなどで作るフランスのリヨン地方の料理です。	牛乳飲用 銀鮭 ベーコン 鶏肉	パセリ たまねぎ しょうが にんじん キャベツ こまつな	ミルクパン エッグケアマヨネーズ パン粉 油 じゃがいも	566	28.3
17	木	わかめごはん	牛乳	からあげ おひたし 野菜のみそ汁	わかめごはんとかからあげは人気メニューです！	牛乳飲用 わかめ とり肉 油揚げ	しょうが にんにく はくさい もやし にんじん こまつな キャベツ えのきだけ こねぎ	米 油 白ごま 米粉 でんぷん	617	23.8
18	金	ミートソース スパゲティ	牛乳	クルトンサラダ セミノール	クルトンは、食パンを小さく切って、オーブンで焼いて作ります。	牛乳飲用 ぶた肉 大豆 粉チーズ	セロリ にんにく たまねぎ にんじん トマト缶 マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン レモン セミノール	スパゲティ 油 上白糖 米粉 バター 食パン オリーブ油 三温糖	593	24.1
21	月	あんかけ焼きそば	牛乳	おかかポテト フルーツカクテル	フルーツカクテルは、パイナップル、みかん、黄桃を使って作ります。	牛乳飲用 ぶた肉 いか 削り節	しょうが にんじん たけのこ えのきだけ はくさい ねぎ もやし こまつな にんにく パイン缶 みかん缶 黄桃缶	油 中華めん くす粉 じゃがいも 上白糖	587	25.8
22	火	たけのこごはん	牛乳	揚げししゃも 野菜とえのきのおひたし むらくも汁	旬のたけのこを使ってたけのこごはんを作ります！	牛乳飲用 とり肉 油揚げ ししゃも たまご 木綿豆腐	たけのこ にんじん さやえんどう こまつな もやし えのきだけ たまねぎ こねぎ	米 もち米 油 でんぷん 上白糖	523	24.1
23	水	セサミトースト	牛乳	ビーンズクリームスープ キャベツのサラダ	セサミトーストは、バター・はちみつ・白ごま・ねりごまを食パンに塗って焼きます。	牛乳飲用 ベーコン とり肉 レンズ豆 牛乳 脱脂粉乳 豆乳 生クリーム	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ パセリ キャベツ きゅうり	食パン バター はちみつ 白ごま ねりごま 油 じゃがいも 米粉 上白糖	586	23.4
24	木	ごはん	牛乳	サバのスパイシー焼き おかか和え じゃがいものみそ汁	骨を取ってあるさばを使うので安心して食べてください。	牛乳飲用 さば 削り節 油揚げ	しょうが にんにく キャベツ もやし にんじん こまつな たまねぎ	米 上白糖 じゃがいも	572	26.2
25	金	親子丼	牛乳	磯香和え 甘夏	磯香和えは、野菜ときざみのりを和えたおひたしです。	牛乳飲用 とり肉 たまご きざみのり	たまねぎ こねぎ キャベツ もやし にんじん えのきだけ 甘夏	米 上白糖	575	23.3
28	月	あんかけ丼	牛乳	春雨サラダ りんご	豚肉、いか、野菜をたっぷり使ってあんかけ丼を作ります！	牛乳飲用 ぶた肉 いか	しょうが ねぎ たまねぎ たけのこ にんじん はくさい えのきだけ こまつな もやし きゅうり りんご	米 油 くす粉 ごま油 はるさめ 白ごま 上白糖	554	21.1
29	火	昭和の日								
30	水	ハニーチーストースト	牛乳	ひよこ豆入りサラダ ABCミネストローネ	アルファベットや数字の形をしたマカロニを使います。	牛乳飲用 ピザチーズ ひよこ豆 ベーコン とり肉 レンズ豆	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ にんにく セロリ トマト トマト缶	食パン バター はちみつ 上白糖 白ごま 油 じゃがいも ABCマカロニ	587	23.7

がつ せうしよくちくひょう せうしよく じゃんぴ かたづ じょうず
4月の給食目標は・・・「給食の準備や片付けを上手にしよう」です！



※献立は都合により変更することがあります。
 ※表示のエネルギー、たんぱく質量は中学年の値です。低学年は×0.9、高学年は×1.1の値になります。