



令和6年度 4月献立予定表



秩父市立原谷小学校・高篠小学校

日(曜日)	献立名		おもな材料			えいようりょう		
			産	薬	緑	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
10(水)	ごはん	牛乳	じゃがいものそばろに チーズはんぺんフライ いそがあえ	ごはん じゃがいも あぶら さんおんとう かたくりこ パンこ さとう	牛乳 とりにく きよにく フライチーズ、たまご のり	たまねぎ にんじん きゅういんげん キャベツ こまつな	665	23.5
11(木)	はちみつパン	牛乳	ナポリタン ウィンナーのたまごまき ゆでやさいサラダ (たまねぎドレッシング)	パン スパゲッティ あぶら	牛乳 ハム たまご ワインナー	にんじん たまねぎ マッシュルーム ヒーマン にんにく フロccoliリー キャベツ	639	25.5
12(金)	ごはん	牛乳	とりのからあげ② たくあんあえ こまつなのみそしる	ごはん こむぎこ あぶら こま じゃがいも	牛乳 とりにく あぶらあげ わかめ みそ	たくあん キャベツ りよくとちやし にんじん こまつな ねぎ	605	24.1
15(月)	わかめごはん	牛乳	あつあげのチャオサイ もやしのちゅうかサラダ プリン	ごはん さとう あぶら こまあぶら	牛乳 わかめ なまあげ とりにく みそ プリン(とうじゅう)	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが りよくとちやし こまつな	644	25.9
16(火)	ごはん	牛乳	さばのみそに きりほしだいこんのサラダ とんじる	ごはん あぶら さとう じゃがいも	牛乳 さば みそ ぶたにく とうふ	きりほしだいこん だいこん きゅうり にんじん ごぼう	628	26.4
17(水)	じごなうどん	牛乳	わかめうどんのしる あじフリッター② こもくきんぴら	じごなうどん こむぎこ あぶら さとう	牛乳 とりにく わかめ なると あじ ちくわ	にんじん ねぎ たまねぎ しいたけ ごぼう れんこん こんにゃく	644	28.7
18(木)	バターロール	牛乳	とりにくのBBQソース はなやさいサラダ ABCスープ	パン さとう はちみつ あぶら じゃがいも アルファベットマカロニ	牛乳 とりにく ベーコン	にんにく フロccoliリー カリフラワー たまねぎ にんじん キャベツ	603	33.8
19(金)	食育の日 ごはん	牛乳	はっほうさい あげぎょうざ② はるさめサラダ	ごはん かたくりこ あぶら こまあぶら こむぎこ はるさめ さとう	牛乳 えび ぶたにく とりにく	しょうが にんにく たまねぎ しいたけ きくらげ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり りよくとちやし	612	25.0
22(月)	ごはん	牛乳	マーボーどうふ エビシューマイ② だいずもやしのナムル (ナムルドレッシング)	ごはん さとう かたくりこ あぶら こまあぶら こむぎこ	牛乳 どうふ ぶたにく みそ タラ えび	たまねぎ にんじん だいのこ しいたけ しょうが にんにく だいずもやし りよくとちやし こまつな	628	28.2
23(火)	たけのこ ごはん	牛乳	しろみさかなフライ (パイクソース) さわにわん ヨーグルト	ごはん あぶら さとう パンこ こむぎこ かたくりこ こまあぶら	牛乳 あぶらあげ たら とりにく ヨーグルト	たけのこ にんじん しいたけ だいこん こんにゃく ねぎ	641	27.9
24(水)	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメンのスープ はるまき チョレギサラダ (しおドレッシング)	ちゅうかめん あぶら こまあぶら はるさめ こむぎこ	牛乳 とりにく なると みそ ぶたにく わかめ のり	ねぎ にんじん りよくとちやし ほうれんそう にんにく しょうが とうもろこし たけのこ たまねぎ キャベツ	669	25.0
25(木)	ツイストパン	牛乳	たごナゲット② フロccoliリーサラダ コーンポタージュ	パン パンこ こむぎこ あぶら さとう	牛乳 たご いか たちうお ぶたにく ベーコン	フロccoliリー キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ	633	22.5
26(金)	ごはん	牛乳	ポークカレー いちごゼリーのフルーツあえ チーズ	ごはん じゃがいも あぶら さとう	牛乳 ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが いちご みかん もも パイナップル	678	23.8
30(火)	こどもパン	牛乳	ハンバーグケチャップ グリーンサラダ コンソメスープ	パン さとう あぶら じゃがいも	牛乳 とりにく ぶたにく	たまねぎ フロccoliリー とうもろこし えだまめ キャベツ にんじん	602	27.6

*入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
★毎月19日は「食育の日」です。

きゅうしょく はじ

給食が始まります



学校給食では、子供たちの体と心の成長を支えるために、安全・
安心で栄養のバランスがよい、おいしい食事の提供をしています。
また、学校給食には、望ましい食習慣や実践力を身につけるための
教材としての役割もあります。

ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください！

