



4月学校給食献立表



令和8年度

秩父第一小学校共同調理場

| 日 | 曜日 | 主 食 | 牛 乳 | お か ず | 熱 ちから | 血 にく | からだの調子 | エネルギー | たんぱく質 |
|----|----|----------------------|-----|---|------------------------------------|--|--|-------|-------|
| | | | | | や力のもとになる | や肉・ほねや菌になる | をととのえる | kcal | g |
| | | | | | 食品(きいろ) | 食品(あか) | 食品(みどり) | | |
| 10 | 金 | わかめごはん | 牛乳 | じゃがいもそぼろに あつやきたまご こまつなサラダ | ごはん じゃがいも さとう あぶら かたくりこ こむぎこ | ぎゅうにゅう ぶたにく たまご だいず | たまねぎ にんじん いんげん こまつな キャベツ コーン | 612 | 23.5 |
| 13 | 月 | ごはん | 牛乳 | あつあげのごもくに コーンしゅうまい② はるさめサラダ(パンパンジードレッシング) | ごはん あぶら さとう こむぎこ はるさめ ごま | ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく だいず | たまねぎ にんじん たけのこ いんげん コーン こまつな もやし | 634 | 25.4 |
| 14 | 火 | こどもパン スライス | 牛乳 | ABCマカロニスープ ハンバーグデミグラスソース はなやさいサラダ(たまねぎドレッシング) | パン じゃがいも マカロニ さとう こむぎこ | ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく だいず | たまねぎ にんじん キャベツ こまつな セロリ トマト カリフラワー ブロッコリー | 614 | 24.3 |
| 15 | 水 | じごなうどん | 牛乳 | わかめうどん ちくわのいそべあげ①②※ きりぼしだいこんのサラダ(ちゅうかドレ) | じごなうどん さとう かたくりこ こむぎこ あぶら ごま | ぎゅうにゅう とりにく なると ちくわ あおのり だいず | にんじん ねぎ たまねぎ ほうれんそう だいこん もやし キャベツ | 667 | 28.4 |
| 16 | 木 | ごはん | 牛乳 | かみなりじる さばのみそに いそかあえ | ごはん じゃがいも さとう | ぎゅうにゅう とうふ さつまあげ あぶらあげ さば のり | ねぎ にんじん だいこん こんにく ほうれんそう キャベツ もやし | 623 | 26.1 |
| 17 | 金 | ごはん | 牛乳 | たんたんふうスープ ヤンニョムチキン チョレギサラダ(かんこくナムルドレ) | ごはん ごまあぶら はるさめ かたくりこ さとう ごま | ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず わかめ のり | しょうが にんにく ほうさい もやし いら ねぎ にんじん トマト キャベツ | 628 | 27.5 |
| 20 | 月 | ごはん | 牛乳 | とんじる とりにくのからあげ しおこんぶあえ | ごはん じゃがいも ごまあぶら こむぎこ あぶら さとう | ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりにく だいず こんぶ | だいこん ねぎ にんじん こまつな キャベツ | 624 | 24.2 |
| 21 | 火 | あつぎりしよくパン チョコクリーム | 牛乳 | コーンポタージュ イラストコロッケ(ポテくま&ぶめるお祝い) グリーンサラダ(イタリアンドレッシング) | パン さとう こむぎこ じゃがいも あぶら | ぎゅうにゅう とりにく だいず ぶたにく | コーン たまねぎ にんじん パセリ キャベツ ブロッコリー えだまめ | 652 | 22.4 |
| 22 | 水 | ちゅうかめん | 牛乳 | みそラーメン はるまき ほうれんそうのナムル(かんこくナムルドレ) | ちゅうかめん あぶら ごま こむぎこ ごまあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とりにく はるまき(大豆・鶏・豚・えび) | キャベツ たまねぎ にんじん もやし こまつな コーン ほうれんそう だいずもやし | 677 | 26.2 |
| 23 | 木 | こぎつねごはん | 牛乳 | わかたけじる さけフライ ヨーグルト | ごはん あぶら さとう こむぎこ | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ かまぼこ わかめ さけ | にんじん しめじ しょうが たけのこ ねぎ | 685 | 30.5 |
| 24 | 金 | ごはん | 牛乳 | チキンカレー キラキラフルーツゼリー チーズ | ごはん じゃがいも こむぎこ さとう あぶら ゼリー | ぎゅうにゅう とりにく チーズ ゼリー(豆乳) | たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト カットゼリー(りんご・もも) 果物缶詰(みかん・パイナップル・黄桃) | 674 | 23.4 |
| 27 | 月 | チキンライス | 牛乳 | ポトフスープ かぼちゃひきにくフライ いちごゼリー | ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ ゼリー | ぎゅうにゅう とりにく ウィナー ぶたにく だいず | にんじん たまねぎ えだまめ トマト キャベツ フライ(りんご) ゼリー(いちご) | 675 | 24.8 |
| 28 | 火 | コッペパン スライス | 牛乳 | ペンのミートソース チキンナゲット② コールスローサラダ(コーンドレッシング) | パン ペネ あぶら こむぎこ さとう | ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず | たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが トマト キャベツ コーン | 678 | 26.5 |
| 30 | 木 | はちみつパン | 牛乳 | はるさめスープ ハムカツ(パックソース) ごぼうサラダ(ごまドレッシング) | パン はるさめ あぶら こむぎこ ごま | ぎゅうにゅう とりにく だいず ひじき ハムカツ(豚・鶏・乳・大豆) | にんじん たまねぎ こまつな ごぼう れんこん いんげん | 643 | 23.7 |

☆物資の都合により給食献立の内容が変更になることがあります、ご了承ください。

☆給食のない日については、各学校のおたよりで確認してください。

※ちくわの磯辺あげ:1・2年1個、3~6年2個。

給食当番の身じたくチェック

□ぼうしにかみのけを
いれた

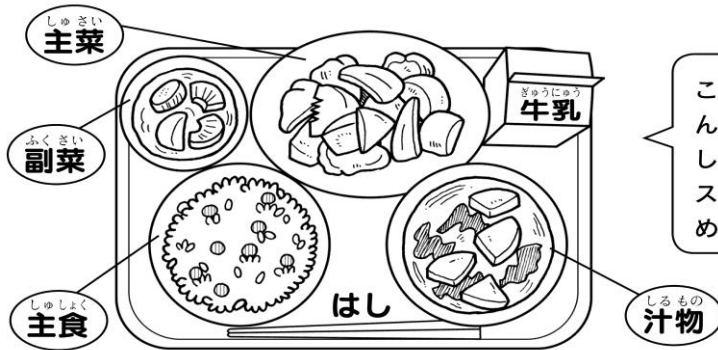


□マスクは
はなとくちを
おおっている

□キレイな
給食着を
きている

□てをせっけん
できれいに
あらった

配ぜん 正しい置き方をしていますか？



これを参考に自分の配ぜんを
チェックしてみま
しょう。正しい配ぜんは
スムーズに食事をする
ための第一歩です。

保護者の方へ

みんなで気持ちよく給食の
準備ができるように、白衣やエ
プロンの洗濯や清潔なマスクの
持参もお願いいたします。

あっという間にみんなと 同じくらいの背の高さに！



たけのこは1日に10cm以上、また時には
1m以上も伸びることがあります。ですから、
旬の時期はたけのこを掘るために、農家の人は
大変な忙しさです。この時期しか味わえない旬
のたけのこを、たけのこごはんや若竹汁で味
わってみましょう。

