

4月の給食指導目標：給食の準備をきちんとしよう

## ご入学、ご進級おめでとうございます

新学期がスタートし、2～6年生は4月8日から、1年生は15日から給食が始まります。子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていくために、安心安全でおいしい給食を、給食室一同力を合わせて作っていきます。よろしくお願いたします。



### ～給食室からのお願い～

洗った手をふくための衛生的なハンカチを毎日ご用意ください。また、配膳時に使用するマスク、ナフキン他に、口をふくタオル又はハンカチを持ってきてください。配膳時、マスクは全員使用しますので忘れずに持ってきてください。

また、給食当番さんは爪を短く切る、髪の毛の長い人はまとめることのご協力をお願いします。週末に白衣・帽子・袋を持ち帰ります。次の給食当番さんに渡すため、洗濯・アイロンがけをして(より衛生的にたもつため)、週明けに持ってきてください。みんなで使うものなので、大切に使ってください。



## 学校給食が始まります

学校給食は教育活動の一つであり、学校給食法に基づき、以下の七つの目標を達成できるような給食づくりや給食を通じた食に関する指導を行っていきます。

### 健康な体をつくる



### よい食べ方を学ぶ



### 人と関わる



### 食べ物に感謝する



### 働くことを尊ぶ



### 食文化を未来に伝える



### 社会のしくみを学ぶ



2026年2月24日～3月の使用生鮮食品の産地

品目	産地	品目	産地	品目	産地	品目	産地	品目	産地
小松菜	埼玉・東京・町田	白菜	茨城・群馬	しめじ	長野	こねぎ	福岡	さわら	韓国
		れんこん	茨城	えのき	長野	玉ねぎ	北海道	シヤモ	アメリカ・韓国
大根	神奈川	かぶ	神奈川・千葉	にら	栃木	青梗菜	静岡	真鯛	愛知・熊本
キャベツ	愛知・町田	ねぎ	東京・群馬	カワラー	熊本	菜の花	町田	銀だら	アメリカ
きゅうり	千葉・群馬	ごぼう	青森	じゃが芋	鹿児島	柑橘類	愛媛・熊本・愛知	イカ	ペルー
にんにく	青森	人参	千葉	セロリ	福岡・静岡	いちご	栃木・静岡・群馬・熊本		
生姜	熊本・高知	もやし	福島・栃木	ホウレンソウ	千葉	りんご	青森	鶏肉	岩手・宮崎
パセリ	千葉			米	山形	もち米	秋田	豚肉	神奈川・群馬



# 4月分学校給食献立表

日	献立名	牛乳	主な材料名			1人1日たんぱく質 脂質 食塩相当量	備考
			黄の仲間 熱や力の元になる	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える		
8水	桜おこわ 魚の照り焼き すまし汁 梅肉和え		もち米, 米, 赤米, 砂糖, あられ麩	牛乳, さわら, 鶏肉, 絹豆腐	ゆかり, しょうが, にんじん, えのき, ねぎ, みずな, もやし, こまつな, しめじ, 梅肉	540 kcal 26.2 g 15.2 g 1.9 g	<p><b>進級おめでとうございます</b></p> <p>お祝いとして、季節の桜の花の塩漬けを使った桜おこわにしました。春を感じてほしいと思います。ゆかりも入れて、食べやすくします。</p> <p><b>海鮮塩焼きそば</b></p> <p>イカやエビが入った焼きそばです。ソースではなく、塩やしょうゆで味付けをします。</p> <p><b>アスパラピラフ</b></p> <p>旬のアスパラガスを使ってピラフを作ります。アスパラガスには疲労回復や、余分な塩分を体外に排出してくれるなどの栄養が入っています。</p> <p><b>丸パン</b></p> <p>丸パン、油、じゃがいも、ポテトフレーク、小麦粉、パン粉、マカロニ</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>米、じゃがいも、バター</p> <p><b>豆入りカレーライス</b></p> <p>米、油、じゃがいも、米粉、砂糖、コーンスターチ</p> <p><b>ごま塩ご飯</b></p> <p>米、ごま、油、つきごんにやく、じゃがいも、砂糖</p> <p><b>ちゃんこうどん</b></p> <p>うどん、白玉粉、上新粉、砂糖、ビーフン、油</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>米、油、パン粉、砂糖、バター、米粉、じゃがいも</p> <p><b>たけのこご飯</b></p> <p>米、もち米、砂糖、ごま</p> <p><b>洋風混ぜご飯</b></p> <p>米、油、バター、じゃがいも、砂糖、ごま</p> <p><b>玄米入りご飯</b></p> <p>米、玄米、かたくり粉、油、じゃがいも、砂糖、ビーフン</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>米、油、じゃがいも、かたくり粉、砂糖</p> <p><b>とりそぼろご飯</b></p> <p>米、油、砂糖、じゃがいも</p>
9木	麦入りご飯 マーボー豆腐 じゃがいも入りナムル 果物		米, おおむぎ, 油, 砂糖, かたくり粉, じゃがいも, ごま	牛乳, 豚肉, テンメンジャン, みそ, 絹豆腐	しょうが, にんにく, たけのこ, 椎茸, にんじん, なら, ねぎ, もやし, キャベツ, こまつな, いちご	585 kcal 25.1 g 23.2 g 2.0 g	
10金	海鮮塩焼きそば じゃがいものふかし芋 コーンスープ		中華めん, 油, じゃがいも, かたくり粉	牛乳, えび, いか, たまご	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, たけのこ, もやし, キャベツ, こまつな, 椎茸, コーン, クリームコーン	538 kcal 26.1 g 21.5 g 2.6 g	
13月	アスパラピラフ ツナとポテトのオムレツ コンソメスープ 果物		米, 豆乳バター, 油, じゃがいも, 砂糖	牛乳, ウィンナー, ツナ, たまご, 生クリーム, 粉チーズ, ベーコン	玉葱, にんじん, コーン, アスパラガス, パセリ, 清見オレンジ	557 kcal 20.4 g 23.1 g 2.6 g	
14火	丸パン 手作りコロケ ゆでキャベツ ミネストローネスープ		丸パン, 油, じゃがいも, ポテトフレーク, 小麦粉, パン粉, マカロニ	牛乳, 大豆, 豚肉	玉葱, にんじん, キャベツ, にんにく, セロリ, たまねぎ, トマト, かぶ, かぶ菜	612 kcal 23.7 g 24.4 g 3.0 g	
15水	ご飯 鶏の照り焼き 春キャベツスープ コーン入りマッシュポテト		米, じゃがいも, パター	牛乳, 鶏肉, ベーコン	しょうが, にんじん, キャベツ, えのき, たまねぎ, パセリ, コーン	555 kcal 22.9 g 20.6 g 2.1 g	
16木	豆入りカレーライス 元気サラダ ホワイトゼリー いちごソース		米, 油, じゃがいも, 米粉, 砂糖, コーンスターチ	牛乳, 鶏肉, ひよこまめ, 粉チーズ, 糸けずり, カルピス	にんにく, しょうが, セロリ, 玉葱, にんじん, トマト, りんご, きゅうり, キャベツ, だいこん, コーン, いちご, レモン	568 kcal 19.2 g 12.5 g 2.1 g	
17金	ごま塩ご飯 焼きシシャモ 肉じゃが煮 オニオンドレッシングサラダ		米, ごま, 油, つきごんにやく, じゃがいも, 砂糖	牛乳, 子持ちししゃも, 豚肉	にんじん, 玉葱, グリンピース, きゅうり, キャベツ, たまねぎ, りんご	595 kcal 23.3 g 20.4 g 2.1 g	
20月	ちゃんこうどん 若草団子 野菜とビーフンの和え物 果物		うどん, 白玉粉, 上新粉, 砂糖, ビーフン, 油	牛乳, 豚肉, 焼き竹輪, 絹豆腐, きな粉	にんじん, 椎茸, はくさい, ねぎ, こまつな, よもぎ粉, きゅうり, キャベツ, コーン, デコポン	540 kcal 22.2 g 14.5 g 2.0 g	
21火	ご飯 ハンバーグ コーンポタージュ マセドアンサラダ		米, 油, パン粉, 砂糖, バター, 米粉, じゃがいも	牛乳, 豚肉, 豆腐, たまご, 生クリーム	玉葱, クリームコーン, コーン, パセリ, にんじん, きゅうり	677 kcal 25.8 g 27.8 g 2.6 g	
22水	たけのこご飯 魚のゴマみそだれ すまし汁 ゆかりもやし		米, もち米, 砂糖, ごま	牛乳, 油揚げ, 鶏肉, さば, みそ, 糸けずり	椎茸, にんじん, グリンピース, たけのこ, しょうが, えのき, ねぎ, みずな, もやし	533 kcal 28.2 g 18.1 g 2.8 g	
23木	洋風混ぜご飯 豆入りカレースープ 野菜のレモン和え 果物		米, 油, パター, じゃがいも, 砂糖, ごま	牛乳, 鶏肉, 豚肉, ひよこまめ	にんじん, たまねぎ, にんにく, 赤, 青ピーマン, しょうが, 玉葱, セロリ, パセリ, きゅうり, キャベツ, レモン, いちご	538 kcal 21.5 g 18.2 g 3.9 g	
24金	玄米入りご飯 鶏とコーンの揚げ煮 ビーフンスープ 果物		米, 玄米, かたくり粉, 油, じゃがいも, 砂糖, ビーフン	牛乳, 鶏肉, 豚肉	しょうが, にんにく, 玉葱, コーン, にんじん, 椎茸, もやし, キャベツ, ねぎ, こまつな, オレンジ	616 kcal 20.5 g 21.6 g 1.6 g	
28火	ご飯 トマトシチュー 青のりビーンズ ひじきのサラダ		米, 油, じゃがいも, かたくり粉, 砂糖	牛乳, みそ, 豚肉, 大豆, あおのり, ひじき	セロリ, 玉葱, にんじん, しめじ, トマト, こまつな, きゅうり, もやし, レモン	580 kcal 23.1 g 19.7 g 2.3 g	
30木	とりそぼろご飯 魚の塩焼き みそ汁 白菜とえのきのおひたし		米, 油, 砂糖, じゃがいも	牛乳, 鶏肉, ます, 豚肉, わかめ, みそ	しょうが, 玉葱, ねぎ, はくさい, にんじん, こまつな, えのき	543 kcal 31.8 g 16.2 g 2.9 g	



**1年生の給食が始まります**

15日から1年生の給食が始まります。初回は配りやすく、人気のある鶏の照り焼きにしました。スープは旬の春キャベツを使ったスープです。

**若草団子**

よもぎを白玉団子の生地に練り込んで、丸めてゆでます。きなこをまぶして提供します。

**たけのこご飯**

旬のたけのこを給食室で煮てご飯に混ぜます。春の味をあげてください。

**洋風混ぜご飯**

鶏ガラスープで炊いたご飯に、鶏肉や玉ねぎ・人参・ピーマンなどを炒めた具を混ぜます。彩りがきれいなご飯です。

**鶏肉とコーンの揚げ煮**

油で揚げた鶏肉とジャガイモと、炒めた人参・コーンを合わせて甘しょっぱく煮た料理です。

今年度も給食室一同、安全・安心な給食を作っていきます。よろしくお願いたします。  
上記献立は、学校行事・食材購入などにより変更することがあります。  
給食で食物アレルギーの原因食物の除去を希望される方は管理指導票等の書類の提出と面談が必要となります。  
管理指導票等の書類が必要な方は、養護教諭、栄養士までご連絡ください。