



4月の給食献立予定表

2025年4月7日
町田市立鶴川第二小学校

日曜	献立名	おもな材料						エネルギーたんぱく質食塩相当量	家庭で補ってほしい食品
		血や肉や骨になる	牛乳	カや体温になる	米	油	からだの調子をよくする		
9水	【進級祝い献立】 牛乳 桜おこわ 魚の塩こうじ焼き 元気サラダ けんちん汁	大あじ かつお節 生揚げ	牛乳 こんぶ	米 もち米 砂糖 こんにやく さつまいも	ごま 米油 ごま油	桜の花塩漬け にんじん	しょうが 玉ねぎ きゅうり ねぎ だいこん キャベツ コーン ごぼう	570kcal 28.9g 1.8g	乳製品
10木	牛乳 えびピラフ チリコンカン ポパイサラダ 洋風マカロニスープ	とり肉 えび ぶた肉 金時豆 ベーコン	牛乳	米 砂糖 はちみつ さつまいも マカロニ	米油	にんじん トマト缶 ほうれんそう	玉ねぎ にんにく キャベツ コーン レモン汁 エリンギ えのきたけ	594kcal 22.7g 1.9g	たまご
11金	牛乳 ごはん ししゃもの南部焼き からしあえ 新じゃがのそぼろ煮	とり肉 ちくわ	牛乳 ししゃも	米 砂糖 でんぶん じゃがいも こんにやく	米油 ごま ごま油	にんじん こまつな	もやし はくさい しいたけ 玉ねぎ グリンピース	614kcal 24.4g 2.0g	大豆製品
14月	【1年生給食開始】 牛乳 チキンカレーライス あますあえ 清見オレンジ	とり肉	牛乳	米 じゃがいも 小麦粉 米粉 砂糖	米油 バター	にんじん	しょうが にんにく 玉ねぎ セロリー グリンピース キャベツ きゅうり 清見オレンジ	601kcal 19.1g 1.8g	小魚
15火	牛乳 黒砂糖パン 野菜のごまドレ とり肉とコーンの揚げ煮	とり肉	牛乳	黒砂糖パン 米粉 でんぶん じゃがいも 砂糖	米油 ごま	にんじん さやいんげん	しょうが にんにく 玉ねぎ コーン きゅうり もやし	628kcal 23.6g 2.0g	きのこ
16水	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 きんときまめの甘煮 こまつなとはるさめのナムル	ぶた肉 みそ テンメンジャン 豆腐 金時豆	牛乳	米 麦 砂糖 でんぶん はるさめ	米油 ごま油 ごま	にんじん にら こまつな	にんにく しょうが 玉ねぎ だけのこ しいたけ ねぎ もやし	627kcal 25.5g 1.6g	藻類
17木	牛乳 たけのこごはん 魚のしょうが風味焼き 切干大根のソース炒め とん汁	とり肉 油揚げ あかうお ぶた肉 生揚げ みそ	牛乳 あおのり	米 砂糖 こんにやく さつまいも	米油 ごま油	にんじん	たけのこ しょうが ねぎ 切干大根 キャベツ だいこん	592kcal 33.4g 2.2g	ナッツ類
18金	牛乳 ビビンバ さつまいもチップ わかめとたまごのスープ	ぶた肉 油揚げ とり肉 たまご	牛乳 わかめ	米 砂糖 さつまいも でんぶん	ごま油 ごま 米油	にんじん こまつな	にんにく しょうが ねぎ たけのこ だいずもやし 玉ねぎ えのきたけ	642kcal 25.1g 2.2g	乳製品



日 曜	献 立 名	お も な 材 料						エネルギー たんぱく質 食塩相当量	家庭で 補ってほ しい食品
		血や肉や骨になる	カや体温になる		からだの調子をよくなる				
21 月	牛乳 ごはん ^{さかな} 魚のごまみそ焼き ^{かいそう} 海藻サラダ すまし汁	さばみそ 豆腐	牛乳 海藻ミックス	米 砂糖	ごま 米油	にんじん こまつな	きゅうり キャベツ だいこん 玉ねぎ しめじ えのきたけ ねぎ	583kcal 23.3g 1.9g	豆類 
22 火	牛乳 きなこトースト ^{やさい} 野菜のカレーピクルス ^{はるやさい} 春野菜のシチュー	きな粉 ベーコ ン とり肉	牛乳 生クリーム	食パン 砂糖 米 じゃがいも 小麦粉	バター 米油	にんじん のらぼう菜 スナップえん どう	きゅうり キャベツ 玉ねぎ たけのこ	587kcal 22.8g 2.2g	小魚 
23 水	牛乳 ^な 菜の花ピラフ ^{はな} スパニッシュオムレツ ハニーサラダ ^{とうにゅう} 豆乳スープ	とり肉 ベーコ ン 白いんげん豆 たまご ぶた肉 調製豆乳	牛乳	米 じゃがいも はちみつ	米油 オリーブ油	にんじん なの花 ピーマン こまつな	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	601kcal 24.4g 2.2g	ナッツ類 
24 木	牛乳 むぎごはん ^{あまから} ひじきの甘辛ふりかけ ^{いそべあ} ちくわの磯辺揚げ ^い わかめ入りおひたし・みそ汁	かつお節 ちく わ 生揚げ みそ	牛乳 わかめ 干ひじき あおのり ちりめんじゃ こ	米 麦 砂糖 小麦粉 でんぷん じゃがいも	米油 ごま油 ごま	こまつな にんじん	キャベツ 玉ねぎ しめじ	612kcal 25.9g 2.5g	乳製品 
25 金	牛乳 ソースやきそば ^{ちゅうかあ} じゃがいもの中華和え ^{てづく} 手作り白玉入りフルーツポンチ	ぶた肉 豆腐	牛乳 あおのり	中華めん じゃがいも 砂糖 白玉粉 上新粉	米油 ごま油 ごま	にんじん こまつな	玉ねぎ もやし キャベツ きゅう り パイン缶 みかん缶 りんご缶	567kcal 21.4g 2.1g	たまご 
28 月	ジョア ターメリックライスのクリームソースかけ 貝だくさんトマトスープ カラマンダリンオレンジ	とり肉 ツナ ぶた肉	ジョア 牛乳 生クリーム	米 米粉	オリーブ油 米油	にんじん ほうれんそう	にんにく 玉ねぎ キャベツ しめ じ えのきたけ カラマンダリン	585kcal 22.9g 1.8g	豆類 
30 水	牛乳 とりそばろチャーハン いかとポテトのチリソース はるさめスープ	とり肉 いか ぶた肉	牛乳	米 でんぷん 米 粉 じゃがいも 砂糖 はるさめ	米油 ごま油	にんじん こまつな	玉ねぎ グリンピース にんにく しょうが はくさい しいたけ ね ぎ	592kcal 23.6g 2.1g	藻類 

※メニューにより、食品は重複します。また、天候不順などによる価格の変動や、食材の納入状況により、食品や献立を変更することもあります。

※栄養価は八訂成分表で計算しています。 ※食物アレルギーの観点からも、給食で初めて口にする食材（特に果物や魚介類）がないようにご配慮ください。

★食品はその働きによって、血や肉や骨のもとになる食べ物（赤）、カやエネルギー・体温のもとになる食べ物（黄）、体の調子を整え、病気になりにくい体にする食べ物（緑）の3つに分類することができます。ご家庭の食卓でも、ぜひ参考にしてください。