



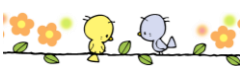
4月のこんだてひょう



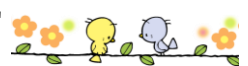
令和6年度 西東京市立保谷第一小学校

日	曜	牛乳	主食	主菜	副菜	デザート その他	赤の食品 血や肉・骨や歯 をつくる	黄色の食品 体をうごかす 力のもと	緑の食品 体の調子を ととのえる
10	水	○	こまつな 小松菜 チャーハン	イカの から ヤンニョム絡め	だいこん はるさめ 大根と春雨のスープ		ぎゅうにゅう,ぶたにく いか,とりにく	こめ,ごまあぶら,かたくりこ こむぎ,こあぶら,さとう ごま,はるさめ	たけのこ,にんじん,こまつな しょうが,ねぎ,だいこん チンゲンツアイ
11	木	○	パプリカライス ホワイトソースがけ		さくら 桜パスタと豆のサラダ	きよみ 清見 オレンジ	ぎゅうにゅう,とりにく,えび ぎゅうにゅう,なまクリーム チーズ,ひよこまめ きんときまめ,ツナ	こめ,あぶら,バター,こむぎ,こ マカロニ,あぶら,さとう	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー きゅうり,キャベツ きよみオレンジ
12	金	○	ひじきごはん	ししゃもの ごま焼き	うどと春キャベツの すみそ あ 酢味噌和え さといも いなか じる 里芋の田舎汁		ぎゅうにゅう,ひじき,あぶらあげ とりにく,ししゃも,なまわかめ ちくわ,みそ,なまあげ,みそ	こめ,さとう,こむぎ,こ,ごま, さといも	ほししいたけ,にんじん,うど きゅうり,キャベツ,だいこん ねぎ,こまつな,こんにやく
15	月	○	わふう 和風きのこスパゲティ		しろ まめ 白いんげん豆と ウィンナーのスープ	さくら はちみつ マドレーヌ	ぎゅうにゅう,ぶたにく,ベーコン しろいんげんまめ,ソーセージ たまご,ぎゅうにゅう なまクリーム	スパゲッティ,オリーブゆ こむぎ,こ,さとう はちみつ,バター	たまねぎ,しめじ,えのきたけ まいたけ,ピーマン,にんじん セロリー,キャベツ,みずくにトマト しょうが,さくらのほなしおづけ
16	火	○	わかめと じゃこの ごはん	サンドウチゲ	かんこくふう 韓国風パリパリサラダ		ぎゅうにゅう,わかめ ちりめんじゃこ ぶたにく,とうふ,みそ	こめ,ごま,さとう,ごまあぶら かたくり,こ,じゃがいも あぶら,すりごま	はくさい,キムチ,はくさい,いら にんじん,ねぎ,ほししいたけ だいず,もやし,きゅうり ごぼう,にんにく
1年生給食開始									
17	水	○	ミートドッグ		はる 春キャベツのチャウダー	デコボン	ぎゅうにゅう,ぶたにく ベーコン,とりにく	ショートニング,あぶら こむぎ,こ,じゃがいも,バター	にんにく,にんじん,たまねぎ マッシュルーム,グリーンピース みずくにトマト,キャベツ,デコボン
18	木	○	ぶたにく 豚肉のしぐれ煮 にどん	あおな 青菜のおひたし しん 新たまねぎのみそ汁			ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ とうふ,なまわかめ,みそ	こめ,あぶら,さとう しらたき,ごま,じゃがいも	しょうが,ごぼう,たまねぎ,こねぎ ほうれんそう,もやし にんじん,たまねぎ,こんにやく,
19	金	○	ごはん のりの佃煮 つげに	しん 新じゃがいもの そぼろ煮 に	みそしる 味噌汁	カラ マンダリン オレンジ	ぎゅうにゅう,のり,ぶたにく とうふ,あぶらあげ,みそ	こめ,さとう,じゃがいも あぶら,かたくりこ	にんじん,たまねぎ,たけのこ ほししいたけ,グリーンピース だいこん,こまつな,ねぎ カラマンダリンオレンジ
22	月	○	はる やさい 春野菜のカレーライス		こんさい 根菜サラダ	きよみ 清見 オレンジ	ぎゅうにゅう,ぶたにく ツナ,みそ	こめ,あぶら,じゃがいも こむぎ,こ,バター さとう,すりごま	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん たけのこ,グリーンアスパラガス ごぼう,れんこん,キャベツ きゅうり,きよみオレンジ
23	火	○	うめ 梅しごはん	たら の 南蛮揚げ なんばんあ	やさい きのこ ね 野菜と茸の練りごま和え わかたれ 若竹汁		ぎゅうにゅう,たら なまわかめ,かまぼこ	こめ,ごま,かたくり,こあぶら さとう,ねりごま,やきふ	うめ,ゆかり,たまねぎ,ほうれんそう にんじん,キャベツ,えのきたけ しめじ,たけのこ,ねぎ
24	水	○	こめ 米 米粉パン	オープン オムレット	さくさく スナックえんどう はる やさい 春野菜のミネストローネ		ぎゅうにゅう,ぶたにく,たまご とりにく,ベーコン しろいんげんまめ	こめ,こパン,あぶら じゃがいも,オリーブゆ,さとう	たまねぎ,にんじん,ほうれんそう スナックえんどう,かぶ,たまねぎ キャベツ,セロリー にんにく,みずくにトマト
25	木	○	ごはん	とり 鶏の電田揚げ たつたあ	レタスのおひたし むらくも汁		ぎゅうにゅう,とりにく ツナ,たまご,とうふ	こめ,じょうしん,こ,かたくり,こ あぶら,さとう,ごまあぶら	しょうが,レタス,だいこん,きゅうり にんじん,ねぎ,こまつな
26	金	○	たけのこ ごはん	ますの はなそのや 花園焼き	ぶどう豆 かぶのとりみ汁		ぎゅうにゅう,とりにく,あぶらあげ ます,チーズ,だいず,ぶたにく かまぼこ,とうふ	こめ,さとう,マヨネーズ あぶら,かたくりこ	たけのこ,にんじん,さやえんどう あかピーマン,ピーマン かぶ,かぶのは,ねぎ
30	火	○	しょうゆつけ めん 麺		わかめとツナの和え物 ペッパーポテト		ぎゅうにゅう,ぶたにく,なると なまわかめ,ツナ	ちゅうかめん,あぶら じゃがいも,かたくりこ さとう,ごまあぶら,こむぎ,こ	にんにく,しょうが,にんじん,もやし ほうれんそう,ねぎ,だいこん きゅうり,たまねぎ

※食材材料の購入の都合により献立を変更する場合があります。



ご入学・ご進級おめでとうございます



今年度も、安全でおいしく、楽しみに待たれる給食をめざして、
 栄養士、日本国民食株式会社の調理員一同で、
 力を合わせて頑張ります。どうぞよろしくお願いたします。