



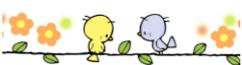
4月のこんだてひょう



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	○	小松菜 チャーハン	イカの ヤンニョム絡め	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,ごま,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		桜パスタと豆のサラダ	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 酢味噌和え 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	○	和風きのこスパゲティ		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	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		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	○	豚肉のしぐれ煮 井		青菜のおひたし 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	新じゃがいもの そばろ煮	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	○	春野菜のカレーライス		根菜サラダ	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 南蛮揚げ	野菜と茸の練りごま和え 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 米粉パン	オープン オムレット	さくさくスナップえんどう 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 スナップえんどう,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	鶏の電田揚げ	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 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 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。