

令和4年度4月



献

立

表



西東京市立 住吉小学校

今年度から、「田無第二中学校」と
親子給食になります！

日	しゅしょく	のみもの	おかず デザートなど	あかのなかま 血や肉や骨になるもの	きのなかま 熱や力になるもの	みどりのなかま からだの調子を整えるもの	つごう ※ 都合により、献立を変更することがあります。 ※ ■ は、田無第二中学校の給食がない日です。
8 金	キムチチャーハン		ちゅうかスープ しんじゅむし	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ	こめ、むぎ、あぶら、さとう、 ごま、でんぷん、もちごめ	キムチ、にんじん、ながねぎ、たまねぎ、しょうが、 だいこん、たけのこ、チンゲンサイ、きくらげ	12日(火) さくらごはん さくらの花の塩漬けをまぜたごはんです。 さくらの香りを感じながら、味わって食べましょう。
11 月	ドリア		レンズまめのスープ ほうれんそうのサラダ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう、とりにく、チーズ、 ベーコン、レンズまめ	こめ、むぎ、あぶら、こむぎこ、 バター、さとう	トマト、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、 ほうれんそう、キャベツ、とうもろこし、にんにく、 セロリー、こまつな、きよみオレンジ	14日(木) サンマーメン サンマの乗ったラーメン！？と思われがちな名前ですが、 野菜たっぷりの神奈川県のご当地あんかけラーメンです。
12 火	さくらごはん		すましじる とりからあげのレモンソースかけ いそあえ	ぎゅうにゅう、とりにく、のり、 かまぼこ	こめ、むぎ、でんぷん、あぶら、ふ	さくらはな、しょうが、にんにく、レモン、 こまつな、もやし、えのきたけ、にんじん、たけのこ、 しめじ	15日(金) 春風元気みそ ほろ苦い「ふきのとう」入りの元気みそです。
13 水	ちゅうかおこわ		はるさめスープ にらまんじゅう かふうきゅうり	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく	こめ、もちごめ、あぶら、さとう、 でんぷん、ぎょうざのかわ、 はるさめ	にんじん、たけのこ、しいたけ、ながねぎ、にんにく、 しょうが、にら、キャベツ、きゅうり、だいこん、 チンゲンサイ、きくらげ	18日(月) 春色ゼリー 1年生の給食が始まります！ クランベリーのきれいな色が春を感じさせるゼリーです。
14 木	サンマーメン		きりぼしだいこんのちゅうかサラダ ココアドーナツ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ちりめんじゃこ	ちゅうかめん、あぶら、でんぷん、 さとう、こむぎこ	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、もやし、 はくさい、きくらげ、ながねぎ、きりぼしだいこん、 こまつな	20日(水) チキンカレー ルーから手作り！調理員さん自慢のカレーです。
15 金	むぎごはん		はるかぜげんきみそ とうふとわかめのみそする じゃがいものそばろに	ぎゅうにゅう、みそ、ぶたにく、 わかめ、とうふ、あぶらあげ	こめ、むぎ、あぶら、さとう、 じゃがいも、しらたき、でんぷん	にんじん、ピーマン、ながねぎ、しいたけ、しょうが、 ふきのとう、たけのこ、たまねぎ、さやえんどう、 だいこん、えのきたけ	21日(木) キャロットケーキ にんじんが入ったきれいな色のケーキです。
18 月	ホットドッグ	ジュ ョ ア	はるやさいのスープに はるいろゼリー	にゅうさんきんいりょう、 ウインナー、ベーコン、 ぶたにく、かんでん、カルピス	パン、さとう、じゃがいも、あぶら	キャベツ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、セロリー、 クランベリー	22日(金) 日向夏 甘酸っぱくてほろ苦い、さわやかな香りのフルーツです。
19 火	わかめおにぎり		とんじる ししゃもフライ きんぴらだいた	ぎゅうにゅう、わかめ、ししゃも、 ぶたにく、だいた、さつまあげ、 みそ	こめ、むぎ、こむぎこ、パンこ、 あぶら、こんにやく、さとう、 さといも、こんにやく	にんじん、ごぼう、さやいんげん、だいこん、ながねぎ	26日(火) きなこあげぱん ひとつひとついねいきなこをまぶします。 紙ナプキンを使って、汚さないように上手に食べましょう！
20 水	チキンカレー		ビーンズサラダ いちご	ぎゅうにゅう、とりにく、 レンズまめ、きんときまめ、 ひよこまめ	こめ、むぎ、あぶら、じゃがいも、 こむぎこ、バター、さとう	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、キャベツ、 きゅうり、とうもろこし、いちご	
21 木	ミートソーススパゲッティ		シャキシャキレタスのスープ キャロットケーキ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 チーズ、とりにく、 いんげんまめ、たまご	スパゲッティ、あぶら、さとう、 こむぎこ、バター	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリー、 レタス、しめじ	
22 金	ちゅうかどん		わかめとワンタンのスープ ひゅうがなつ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、いか、 えび、とりにく、わかめ	こめ、むぎ、あぶら、さとう、 でんぷん、ワンタンのかわ	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、はくさい、 たけのこ、チンゲンサイ、ながねぎ、ひゅうがなつ	
25 月	じゃこなめし		けんちんじる たらのはなぞのやき はりはりつけ	ぎゅうにゅう、ちりめんじゃこ、 たら、チーズ、こんぶ、 あぶらあげ、とうふ	こめ、むぎ、あぶら、マヨネーズ、 さとう、こんにやく	こまつな、たまねぎ、あかパプリカ、きパプリカ、 ピーマン、きりぼしだいこん、にんじん、 きゅうり、だいこん、ごぼう、ながねぎ	
26 火	きなこあげぱん		とりだんごのスープ スプリングサラダ あまなつ	ぎゅうにゅう、きなこ、とりにく、 えび、くきわかめ	パン、あぶら、さとう、でんぷん、 はるさめ	しょうが、にんじん、こまつな、はくさい、しいたけ、 ながねぎ、キャベツ、アスパラガス、ブロッコリー、 あまなつ	
27 水	たけのこごはん		よしのじる あじフライ こまつなのおひたし	ぎゅうにゅう、あじ、かつお、 とりにく、かまぼこ、とうふ	こめ、むぎ、さとう、こむぎこ、 パンこ、あぶら、でんぷん	たけのこ、さやえんどう、たまねぎ、はくさい、 にんじん、こまつな、だいこん、しいたけ、ながねぎ、 しょうが	
28 木	ぶたどん		とさあえ でこぼん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 わかめ、かつお	こめ、むぎ、あぶら、しらたき、 さとう	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、ごぼう、 しいたけ、はくさい、こまつな、でこぼん	

ご家庭へのお願い

近年、学校での食物アレルギー新規発症による事故が増えています。食物アレルギーは、最悪の場合死に至る等、体にとって不利益な症状を起こします。献立表をご覧になって、今までお子様が食べたことがない食材がありましたら、一度ご家庭で試していただきますよう、ご協力をお願いいたします。また、給食についてご不明な点がございましたら、遠慮なく栄養士までご相談ください。

