



4月の予定献立表



2～6年生用

令和6年度

北区立豊川小学校

日付	曜日	こんだてめい	おもなざいりょう(3しよくしよくひんぐん(あか・き・みどり)のぶるい)			えいようか	
			ちやにくになる(あか)	ねつやちからのもとなる(き)	からだのちようしをととのえる(みどり)	エネルギー (Kcal)	たんぱくしつ (g)
10	木	こくとうパン ゑゆうにゆう タンドリーフィッシュ	ぎゆうにゆう さば ヨーグルト	こくとうパン オリーブゆ	にんにく レモン	575	27.3
		せんぎりポテトソテー		あぶら じゃがいも	コーン こまつな		
		ABCスープ	ベーコン	オリーブゆ マカロニ	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ		
11	金	ごはん ゑゆうにゆう とりにくのてりやき	ぎゆうにゆう とりにく	こめ さとう でんぶん	しょうが	602	26.2
		なまあげとやさいのうまに	とりにく なまあげ	あぶら じゃがいも いとこんにやく さとう	たまねぎ にんじん グリンピース		
		もやしとあぶらあげのみそしる	あぶらあげ		もやし にんじん こまつな		
14	月	ドライカレー ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく チーズ	こめ バター あぶら こむぎこ	にんにく しょうが セロリ たまねぎ にんじん ズッキーニ なす トマト	636	21.1
		イタリアンサラダ		さとう あぶら	キャベツ きゅうり にんじん コーン にんにく		
		くだもの			バナナ レモン		
15	火	ごはん ゑゆうにゆう なのはなたまごやき	ぎゆうにゆう とりにく たまご	こめ あぶら	にんじん たまねぎ ねぎ こまつな	576	25.7
		だいこんのもの	とりにく	あぶら さとう でんぶん	しょうが にんじん だいこん さやいんげん		
		とうふとはくさいのみそしる	とうふ あぶらあげ		はくさい ねぎ		
16	水	チリビーンズドッグ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく だいず チーズ	コッペパン あぶら こむぎこ	にんにく たまねぎ にんじん	601	24.6
		フライドポテト		あぶら じゃがいも			
		カントリースープ	ベーコン	あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ		
17	木	ごもくうどん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく かまぼこ あぶらあげ	うどん	にんじん こまつな	599	27.8
		ちくわのいそべあげ	ちくわ たまご あおのり	こむぎこ こめこ あぶら			
		だいこんとじゃこのサラダ	じゃこ	しろごま さとう ごまあぶら	だいこん きゅうり コーン にんじん		
18	金	たけのこごはん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく あぶらあげ	こめ さとう	たけのこ にんじん	578	25.5
		じゃがいものそぼろに	ぶたにく とりにく こおりどうふ	あぶら じゃがいも さとう	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ		
		おいわいすましじる	かまぼこ なんと とうふ		にんじん えのきだけ ねぎ こまつな		
21	月	コーンピラフ ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう とりにく	こめ バター あぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン さやいんげん	597	19.1
		ベーコンとやさいのスープ	ベーコン とりにく	あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ		
		ヨーグルトケーキ	たまご クリームチーズ ヨーグルト	さとう バター こむぎこ こめこ ペーキングパウダー	レモン		
22	火	ごはん ゑゆうにゆう さけのしおやき	ぎゆうにゆう さけ	こめ		579	29.5
		ごもくきんぴら	さつまあげ	あぶら さとう	にんじん ごぼう たけのこ れんこん		
		とんじる	ぶたにく とうふ	あぶら いとこんにやく じゃがいも	にんじん たまねぎ だいこん ねぎ		
23	水	セサミトースト ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう	しよくパン バター さとう しろごま		573	18.8
		しろいんげんのトマトシチュー	とりにく いんげんまめ	あぶら じゃがいも こむぎこ バター	にんにく たまねぎ にんじん トマト		
		キャベツコールスロー		あぶら さとう	キャベツ にんじん きゅうり コーン たまねぎ		
24	木	しょうゆラーメン ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら	にんにく しょうが にんじん メンマ もやし コーン ねぎ	635	26.7
		むしぎょうざ	ぶたにく とりにく	はるさめ ごまあぶら ぎょうざのかわ	キャベツ ぼししいたけ にら にんにく しょうが		
		くだもの			セミノール		
25	金	ごはん ゑゆうにゆう とりにくのレモンに	ぎゆうにゆう とりにく	こめ でんぶん あぶら さとう	レモン	590	27.7
		やさしいため	ぶたにく	あぶら	チンゲンサイ もやし		
		とうふとわかめのちゅうかスープ	とうふ わかめ	しろごま ごまあぶら	にんじん たまねぎ		
28	月	ごはん ゑゆうにゆう さわらのたつたあげ	ぎゆうにゆう さわら	こめ でんぶん あぶら	しょうが	603	24.7
		はるやさいのおかかあえ	かつぶし		キャベツ にんじん		
		じゃがいもとたまねぎのみそしる	あぶらあげ	じゃがいも	たまねぎ にんじん		
30	水	マーボーどうふどん ゑゆうにゆう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく とうふ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	にんにく しょうが ねぎ ぼししいたけ たけのこ にら	659	26.6
		もやしのちゅうかスープ	とりにく	ごまあぶら	にんじん もやし こまつな		
		あんになどうふ	こなかてん ゑゆうにゆう	さとう	パインかん		

★天候により、野菜や果物が十分にとれない時などは、給食の献立が変更になる場合があります。

4月10日から



給食はじまりまーす!

