

4月 給食予定献立表

令和8年度

北区立赤羽小学校

日	牛乳	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I初キ- たんぱく質
7 火	○	おやこどん	からしあえ たけのことさんさいのみそしる	鶏肉、たまご、★牛乳、豆腐、みそ	米、砂糖	干し椎茸、たまねぎ、グリーンピース (冷凍)、キャベツ、もやし、にんじん、 たけのこ(ゆで)、ゆでわらび、 ねぎ	542 kcal 27.0 g
8 水	○	はちみつレモントースト	ポテトシチュー ツナサラダ	★牛乳、鶏肉、★調理用牛乳、ツナ 水煮	★食パン、マーガリン、はちみつ、 砂糖、じゃがいも、油、★バター、 ごま油	レモン汁、にんじん、たまねぎ、と うもろこし(冷凍)、パセリ、キャベ ツ、もやし	592 kcal 24.4 g
9 木	○	ごはん	さかなのみそマネズやき カラフルサラダ みそしる	★牛乳、メルルーサ、油揚げ、乾燥 わかめ、みそ	米、マヨネーズ、油、砂糖	パセリ、赤ピーマン、冷凍ホール コーン、きゅうり、キャベツ、たま ねぎ、にんじん	551 kcal 23.8 g
10 金	○	カレーライス	コールスローサラダ くだもの(バナナ)	豚肉、★牛乳	米、油、じゃがいも、小麦粉、砂糖	にんにく、しょうが、セロリー、た まねぎ、にんじん、キャベツ、ホー ルコーン缶、きゅうり、果物	622 kcal 18.2 g
13 月	○	ごはん	にくじゃが ピリからあえ	★牛乳、豚肉	米、油、じゃがいも、こんにゃく、 砂糖	干し椎茸、にんじん、たまねぎ、グ リンピース、きゅうり、だいこん	510 kcal 20.0 g
14 火	○	スパゲティナポリタン	キャベツのスープに いちご	ウィンナー、★粉チーズ、★牛乳、 ベーコン、豚肉	スパゲッティ、油	ピーマン、たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム(缶詰)、パセリ、 キャベツ、セロリー、にんにく、も やし、さやいんげん、いちご	584 kcal 22.7 g
15 水	○	ごはん	さけのさいきょうやき きのこいりやさいいため かきたまじる	★牛乳、西京みそ、ベーコン、鶏 肉、豆腐、たまご	米、砂糖、油、でんぷん	しょうが、もやし、にんじん、キャ ベツ、チンゲンツァイ、ぶなしめ じ、えのきたけ、ねぎ、ほうれんそ う	586 kcal 32.8 g
16 木	○	あげパン	ごまだれサラダ ポークビーンズ	★牛乳、白いんげんまめ(乾)、豚肉	★ミルクパン、砂、油、ごま油、★ 白いりごま、じゃがいも	キャベツ、きゅうり、にんじん、冷 凍ホールコーン、たまねぎ、グリン ピース	629 kcal 24.3 g
17 金	○	ごはん	ポテトいりたまごやき もやしのサラダ みそしる	★牛乳、ベーコン、たまご、油揚 げ、みそ	米、じゃがいも、油、砂糖、	たまねぎ、にんじん、グリーンピース (冷凍)、もやし、こまつな、だいこ ん	548 kcal 22.1 g
20 月	○	ごはん	とりにくのスパイシーやき ごまあえ とんじる	★牛乳、鶏肉、豚肉、豆腐、みそ	米、ごま油、でんぷん、油、★白す りごま、砂糖、じゃがいも、こん にゃく	にんにく、キャベツ、もやし、きゅ うり、にんじん、ごぼう、だいこ ん、長ねぎ	611 kcal 27.2 g
21 火	○	はるのかおりごはん	さばのこうみやき きりほしだいこんのもの みそしる	鶏肉、油揚げ、★牛乳、さば、み そ、かつお節	米、こんにゃく、砂糖、ごま油、油	たけのこ(ゆで)、ふき、にんじん、 グリーンピース(冷凍)、にんにく、 しょうが、ねぎ、切干しだいこん、 だいこん	646 kcal 31.8 g
22 水	○	しょうゆラーメン	もやしとハムのナムル デコボン	豚肉、★なると、★牛乳、ボンレス ハム	蒸し中華めん、ラード、ごま油、砂 糖、油	もやし、にんじん、にら、ねぎ、に んにく、しょうが、キャベツ、こま つな、きよみオレンジ	483 kcal 22.5 g
23 木	○	ごはん	なまあげのそぼろに かいそうサラダ みそしる	★牛乳、生揚げ、鶏肉、海藻サラ ダ、油揚げ、みそ、かつお節	米、砂糖、油、でんぷん、ごま油、 ★白いりごま	たまねぎ、干し椎茸、にんじん、グ リンピース(冷凍)、キャベツ、こま つな、ねぎ	663 kcal 29.8 g
24 金		ツナトースト	ジョア ホワイトシチュー コーンサラダ	まぐろ(缶詰)、★ジョア (ブルーベリー)、鶏肉、★調理用牛乳	★食パン、マヨネーズ、油、じゃが いも、★バター、小麦粉、ごま油、 砂糖	たまねぎ、パセリ、にんじん、マッ シュルーム(缶詰)、キャベツ、もや し、冷凍ホールコーン	717 kcal 24.5 g
25 土	○	ふたすきどん	かふうづけ みそしる	豚肉、★牛乳、油揚げ、豆腐、みそ	米、こんにゃく、油、でんぷん、砂 糖、ごま油、★白いりごま	たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、だい こん、きゅうり、こまつな	551 kcal 22.4 g
28 火	○	ハヤシライス	オニオンチップスサラダ やさいスープ	豚肉、★牛乳、ベーコン	米、砂糖、小麦粉、★バター、油、 はちみつ	にんにく、にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム(缶詰)、パセリ、 キャベツ、きゅうり、こまつな	673 kcal 20.5 g
30 木	○	フィッシュバーガー	コールスローサラダ ミネストローネ	メルルーサ、たまご、★牛乳、鶏 肉、ベーコン、大豆	★丸パン、小麦粉、★ソフトパン 粉、油、じゃがいも	キャベツ、にんじん、ホールコー ン、たまねぎ、セロリー、トマト 缶、パセリ	622 kcal 32.8 g

※アレルギー食品には記号を表示しています