



4月 献立表



北区立なでしこ小学校

令和7年4月8日

実施日 日にち 曜日	牛乳	こんだてめい	主な材料名			栄養価	
			赤：体をつくる	黄：熱や力のもとになる	緑：体の調子をととのえる	エネルギー たんぱく質	
9 水		キムチチャーハン レモンドレッシングサラダ はるさめスープ	ぶたにく ぎゅうにゅう ツナ とりにく とうふ	こめ むぎ あぶら さとう はるさめ ごまあぶら	しょうが にんにく にんじん にんじん はくさいキムチ ねぎ ピーマン キャベツ こまつな きゅうり レモン ほししいたけ	569 (kcal) 22.1 (g)	
10 木		むぎごはん・さばのこうみやき はりはりづけ・さわにわん	ぎゅうにゅう さば こんぶ ぶたにく あぶらあげ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら さとう こんにゃく	にんにく しょうが ねぎ きりほしだいこん もやし きゅうり にんじん だいこん ほししいたけ	561 25.2	
11 金		★1年生給食開始★ ドライカレー・フレンチサラダ くだもの	ぶたにく だいす ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら こめこ さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリ キャベツ きゅうり いちご	565 21.0	
14 月		≪日本の味めぐり≫大阪府 かやくごはん・おこのみポテト にくすい	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう かつおぶし あおのり ぶたにく ぎゅうにく とうふ	こめ むぎ あぶら こんにゃく さとう じゃがいも	にんじん ごぼう ほししいたけ えのきたけ こねぎ	574 22.0	
15 火		★地産地消★ むぎごはん・マーボー豆腐 こまつなとひじきのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ ひじき	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん ごまあぶら	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ もやし こまつな	588 25.3	
16 水		ミルクパン・フィッシュフライ はるキャベツのサラダ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ホキ カルピス	ミルクパン あぶら こむぎこ パンこ さとう	キャベツ もやし にんじん みかん パイナップル りんご	586 25.7	
17 木		スパゲッティミートソース チーズサラダ・りんごゼリー	ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ こなかんてん	あぶら スパゲッティ さとう	にんにく たまねぎ にんじん ホールトマト マッシュルーム きゅうり キャベツ りんごジュース	608 23.7	
18 金		★良い歯の日★ わかめごはん ししゃものごまてんぷら おひたし・かきたまじる	わかめ ぎゅうにゅう ししゃも たまご とうふ	こめ むぎ あぶら こむぎこ ごま でんぷん	キャベツ もやし にんじん ねぎ えのきたけ	560 21.7	
21 月		★旬の食材★ たけのこごはん・にくじゃが じゃこサラダ	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめんじゃこ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく ごまあぶら	にんじん ほししいたけ たけのこ たまねぎ キャベツ さやいんげん こまつな	590 24.6	
22 火		✪入学・進級いわい✪ はなみずし・すましじる こめこのあずきケーキ	とりにく あぶらあげ のり ぎゅうにゅう わかめ あずき とうにゅう	こめ くるごめ さとう あぶら なまふ こめこ	にんじん かんぴょう ほししいたけ さやいんげん えのきたけ ねぎ	641 21.3	
23 水		📖 子ども読書の日 📖 「白いぼうし」 ぼうしパン ちょうちょパスタのスープ くだもの(あまなつみかん)	ぎゅうにゅう なまクリーム ベーコン ぶたにく	まるパン バター さとう こむぎこ じゃがいも スパゲッティ	にんじん たまねぎ キャベツ あまなつみかん	561 19.4	
24 木		にこみうどん だいすとじゃこのあまからあげ くだもの	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ ぎゅうにゅう だいす にほし	うどん さとう でんぷん さつまいも あぶら	にんじん ほししいたけ たまねぎ ねぎ こまつな りんご	566 25.9	
25 金		📖 おはなし給食 📖 「特急おべんとう号」 むぎごはん・しおザケ こんにゃくとじゃがいものピリから わかめのみそしる	ぎゅうにゅう さけ あぶらあげ わかめ とうふ みそ	こめ むぎ ごまあぶら あぶら じゃがいも こんにゃく さとう	ごぼう にんじん さやいんげん ねぎ	592 28.7	
28 月		セサミトースト こめこのクリームシチュー だいすサラダ	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム だいす	しょくパン バター さとう ごま あぶら じゃがいも こめこ	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ キャベツ きゅうり	613 22.7	
29 火		しょうわのひ					
30 水		むぎごはん・メルルーサのあずまに せんぎりサラダ・とんじる	ぎゅうにゅう メルルーサ ぶたにく みそ	こめ むぎ あぶら でんぷん さとう ごまあぶらこんにゃく じゃがいも	しょうが キャベツ にんじん きゅうり ごぼう だいこん ねぎ	590 24.7	

※食材料等の入荷状況により、献立内容を変更する場合があります。