

令和8年度 4月こんだてひょう

北区立滝野川第二小学校



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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
7火	○	2~6年生給食はじまり ごはん	鶏肉のてり焼き のり ^あ 和え 和風白玉汁	牛乳, とり肉, きざみのり, なた	米, 冷凍白玉 	しょうが, キャベツ, もやし, こまつな, にんじん, はくさい	570 kcal 23.0 g 14.9 g 2.4 g
8水	○	PM入学式(4時間目・給食早出し) ココアパン	春野菜シチュー レモンドレッシングサラダ	牛乳, とり肉, 生クリーム	ココアパン, 油, じゃがいも, バター, 小麦粉, オリーブ油, さとう	玉葱, にんじん, マッシュルーム水煮, アスパラガス, キャベツ, きゅうり, ホールコーン, レモン	624 kcal 20.1 g 29.8 g 2.5 g
9木	○	やきにくどん 焼肉丼	じゃこサラダ みそ汁	ぶた肉, 牛乳, ちりめんじゃこ, 油あげ, 白みそ, 赤みそ	米, 油, さとう, ごま油, 白いりごま	にんにく, しょうが, キャベツ, 玉葱, もやし, ピーマン, にんじん, きゅうり, だいこん, こまつな	669 kcal 25.7 g 28.1 g 4.1 g
10金	○	はる 春のかおりごはん	鯖 ^{さわら} の西京焼き ごま和え かきたま汁	油あげ, 牛乳, さわか, 白みそ, 木綿豆腐, たまご	米, さとう, 白すりごま, でんぷん	たけのこ水煮, こまつな, もやし, にんじん, ねぎ, ほうれんそう	609 kcal 30.3 g 19.4 g 2.7 g
13月	○	1年生給食はじまり カレーライス	じゃがいもハニーサラダ	とり肉, 牛乳	米, 押麦, 油, じゃがいも, バター, 小麦粉, はちみつ	しょうが, にんにく, 玉葱, にんじん, きゅうり, キャベツ	669 kcal 20.7 g 23.4 g 2.2 g
14火	○	さけ 鮭チャーハン	中華コーンスープ ぶどうゼリー	さけ, ちりめんじゃこ, 牛乳, とり肉, 木綿豆腐, 粉寒天	米, ごま油, さとう	にんじん, ねぎ, しょうが, にんにく, ホールコーン, クリームコーン, チンゲンサイ, ぶどうジュース	576 kcal 23.3 g 14.6 g 2.3 g
15水	○	きなこあげパン	肉団子スープ フルーツポンチ	きな粉, 牛乳, とり肉, 大豆	ミルクパン, 油, さとう, でんぷん	玉葱, しょうが, 干しいたけ, にんじん, たけのこ水煮, キャベツ, チンゲンサイ, ねぎ, みかん缶, パイン缶, もも缶	625 kcal 22.4 g 22.6 g 1.7 g
16木	○	わかめごはん	とり肉じゃが みそ汁	炊きこみわかめ, 牛乳, ぶた肉, 油あげ, 白みそ, 赤みそ	米, 白いりごま, 油, 糸こんにゃく, じゃがいも, さとう	にんじん, 玉葱, さやえんどう, だいこん, ねぎ, こまつな	579 kcal 21.6 g 15.4 g 2.5 g
17金	○	たきのがわ 滝野川やきそば	メイプルポテト わかめスープ	ぶた肉, あおのり, 牛乳, わかめ	油, 蒸し中華めん, さつまいも, メープルシロップ, バター, 白いりごま, ごま油	にんにく, にんじん, 玉葱, キャベツ, もやし, こぼう, ピーマン, ねぎ	655 kcal 20.7 g 24.7 g 3.1 g
20月	ジョア	ごま塩ごはん	鶏 ^{とり} のからあげ マカロニサラダ お祝いすまし汁	ジョア(プレーン), とり肉, ツナ, わかめ, なた	米, 黒いりごま, さとう, でんぷん, 小麦粉, 油, マカロニ	しょうが, にんにく, キャベツ, こまつな, にんじん, ねぎ	605 kcal 22.2 g 16.2 g 2.9 g
21火	○	セサミトースト	ポークビーンズ フレンチサラダ	牛乳, いんげんまめ, ぶた肉, ウィナー	食パン, 白すりごま, さとう, バター, じゃがいも, 油	玉葱, にんじん, ホールトマト缶, キャベツ, きゅうり	605 kcal 21.3 g 28.4 g 2.8 g
22水	○	1年生を迎える会 ごもく 五目うどん	じゃこ入りおひたし マーメイドカップケーキ (卵・乳アレルギーなし)	ぶた肉, なた, 牛乳, ちりめんじゃこ, 花かつお, 豆腐	冷凍うどん, さとう, 小麦粉, はちみつ, バター	にんじん, 干し椎茸, ねぎ, こまつな, ほうれんそう, キャベツ, もやし, マーメイドジャム	569 kcal 29.3 g 24.4 g 3.4 g
23木	○	むぎ 麦ごはん	鮭 ^{さけ} のみそチーズ焼き 野菜のごまじょうゆ 豚汁	牛乳, 生サケ, 白みそ, ピザチーズ, ぶた肉, 木綿豆腐, 赤みそ	米, 押麦, さとう, ごま油, 白いりごま, 油, さともいも, こんにゃく	しょうが, にんじん, きゅうり, だいこん, キャベツ, こぼう, 玉葱, ねぎ	631 kcal 30.2 g 22 g 2.7 g
24金	○	4組 1年生を迎える会(給食なし) やきぶた 焼豚たまごチャーハン	豆腐 ^{とうふ} と青菜のスープ みかん入りカルピスゼリー	焼きぶた, たまご, 牛乳, とり肉, 木綿豆腐, 粉寒天, カルピス	米, 油, ごま油	しょうが, ねぎ, ザーサイ, グリンピース, たけのこ水煮, こまつな, みかん缶	551 kcal 21.9 g 14.7 g 3.6 g
27月	○	チキンライス	野菜チップス ABCスープ	とり肉, 牛乳, ベーコン	米, オリーブ油, 油, さつまいも, マカロニ	にんにく, 玉葱, にんじん, マッシュルーム水煮, ピーマン, れんこん, こぼう, キャベツ, パセリ	625 kcal 22.3 g 18.6 g 2.6 g
28火	○	マーボー豆腐 ^{とうふ} 丼	中華たまごスープ くだもの(国産オレンジ)	ぶた肉, 大豆, 木綿豆腐, 赤みそ, 牛乳, たまご	米, 油, さとう, でんぷん, ごま油	しょうが, にんにく, ねぎ, 干しいたけ, たら, 玉葱, にんじん, たけのこ水煮, きくらげ, 国産オレンジ	658 kcal 29.3 g 22.1 g 3.0 g
29水	昭和の日(お休み)						
30木	○	スパゲティミートソース	グリーンサラダ くだもの(バナナ)	ぶた肉, 牛乳	スパゲティ, 油, さとう, 小麦粉	玉葱, にんにく, にんじん, セロリ, マッシュルーム水煮, キャベツ, きゅうり, ブロッコリー, レモン, バナナ	639 kcal 24.6 g 21.2 g 2.9 g

材料の納入の都合により変更することがあります。ご了承ください。

令和8年度 給食室スタッフ紹介

管理栄養士 調理委託業者 協立給食株式会社



今年度も引き続き、学校栄養職員は、調理業務は協立給食株式会社調理さん8名で、安心安全おいしい給食作りに努めます。1年間よろしくお願いたします。

ご入学・ご進級おめでとうございます。
1年生は、まずは学校に慣れて、無理せず給食をたべてみてくださいね！

きゅうしよく もくひょう

4月給食目標

給食のきまりやはいげん、
あとかたづけのしかたをおぼえよう