

4月 こんだてひょう

令和6年度

令和6年 4月 8日  
足立区立保木間小学校  
校長 北川 みどり

日	曜日	こんだてめい		しょくひんめい			エネルギー (Kcal)	
		牛乳	しゅしょく (ごはん・パン・めん)	しゅさい・ふくさい しるもの・デザート	からだをつくる	エネルギーになる		からだのちょうしをととのえる
8	げつ	しぎょうしき きゅうしょく 始業式(給食なし)						
9	か火		きゅうしょくはじ 給食始め ブルコギどん	ハムサラダ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう・ぶたにく ハム	こめ・あぶら・さとう かたくりこ・ごまあぶら ごま	にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ もやし・ながねぎ・にら・キャベツ きゅうり・きよみオレンジ	593
10	すい水		ミルクパン	ポテトコロッケ ごまコーンサラダ とうふのスープ	ぎゅうにゅう・レンズまめ ぶたにく・とりにく とうふ・わかめ	ミルクパン・じゃがいも マッシュポテト・あぶら こむぎこ・パンこ ごまあぶら・ごま	にんじん・たまねぎ・キャベツ・きゅうり コーン・たけのこ・ながねぎ	638
11	もく木		ごはん	さかなのこうみやき いそあえ みそしる	ぎゅうにゅう・さけ・のり たまご・とうふ・みそ	こめ・さとう・ごまあぶら	しょうが・にんにく・ながねぎ・キャベツ もやし・こまつな・にんじん	570
12	きん金		あんかけやきそば	オニドレサラダ バナナケーキ	ぎゅうにゅう・ぶたにく えび・いか・たまご うずらのたまご ちょうりぎゅうにゅう	ちゅうかめん・あぶら さとう・ごまあぶら かたくりこ・こむぎこ バター	しょうが・にんにく・にんじん・しいたけ たまねぎ・もやし・キャベツ・こまつな コーン・バナナ・レモン	623
15	げつ		ひじきごはん	こざかなからあげ おかかあえ とんじる	ぎゅうにゅう・とりにく ひじき・あぶらあげ きびなご・かつおぶし ぶたにく・とうふ・みそ	こめ・あぶら・こんにやく さとう・こむぎこ こんにやく・じゃがいも かたくりこ	にんじん・グリーンピース・しょうが キャベツ・もやし・こまつな・ごぼう ながねぎ	561
16	か火		ねんせい 1年生 給食始め カレーライス	ツナサラダ りんごゼリー	ぎゅうにゅう・ぶたにく ツナ・こなかんてん	こめ・あぶら・じゃがいも バター・こむぎこ ごまあぶら・さとう	たまねぎ・にんにく・しょうが・にんじん もやし・こまつな・りんごジュース	668
17	すい水		ごはん/のりのつくだに	にくじゃが じゃこサラダ	ぎゅうにゅう・のり ぶたにく・ちりめん	こめ・さとう・じゃがいも こんにやく・あぶら	たまねぎ・にんじん・しいたけ・キャベツ グリーンピース・きゅうり・もやし・レモン	553
18	もく木		わかめごはん	いかのかりんとうがらめ ごしきあえ みそしる	ぎゅうにゅう・わかめ いか・あぶらあげ・みそ	こめ・ごま・こむぎこ かたくりこ・さとう じゃがいも	しょうが・こまつな・にんじん・もやし キャベツ・コーン・こねぎ	608
19	きん金		くろざとうパン	チキンマカロニグラタン ようふうたまごスープ	ぎゅうにゅう・とりにく ちょうりぎゅうにゅう いんげんまめ・ピザチーズ ベーコン・たまご	くろざとうパン・あぶら マカロニ・バター こむぎこ・じゃがいも かたくりこ	たまねぎ・こまつな・にんじん	602
22	げつ		野菜 たけのこごはん	さかなのさいきょうやき わかめとツナのあえもの けんちんじる	ぎゅうにゅう・あぶらあげ さわら・みそ・わかめ ツナ・とりにく・とうふ	こめ・あぶら・さとう ごまあぶら・こんにやく	にんじん・たけのこ・しょうが・もやし きゅうり・だいこん・ながねぎ・しいたけ えのき	586
23	か火		ごはん	あつあげとぶたにくのみそいため わかめスープ	ぎゅうにゅう・ぶたにく なまあげ・みそ・わかめ たまご・とうふ	こめ・あぶら・さとう ごま・かたくりこ	しょうが・ピーマン・キャベツ・にんじん しいたけ・ながねぎ	613
24	すい水		ハニートースト	あげじゃがサラダ ハンガリアンシチュー	ぎゅうにゅう・ぶたにく いんげんまめ・こなチーズ レンズまめ	しょくパン・バター はちみつ・じゃがいも あぶら・さとう・こむぎこ	キャベツ・きゅうり・にんじん・たまねぎ グリーンピース	644
25	もく木		たまごチャーハン	とうふときのこのスープ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう・たまご ベーコン・とりにく とうふ	こめ・あぶら・さとう	ながねぎ・たまねぎ・にんじん・えのき しめじ・こまつな・もも・みかん・パイナップル	550
26	きん金		エビクリームライス	フライビーンズサラダ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう・とりにく えび・いんげんまめ ちょうりぎゅうにゅう なまクリーム・だいす	こめ・あぶら・こむぎこ バター・かたくりこ さとう	にんじん・たまねぎ・こまつな・きゅうり キャベツ・きよみオレンジ	641
29	げつ	しょうわ ひ 昭和の日						
30	か火		かきたまうどん	いかとポテトのあげに こまつなのごまあえ	ぎゅうにゅう・とりにく あぶらあげ・たまご・いか だいす	うどん・かたくりこ じゃがいも・こむぎこ さとう・ごま・ねりごま	しいたけ・にんじん・たけのこ・ながねぎ こまつな・キャベツ・もやし	589

○食材の購入状況・学校行事・感染症の流行などにより、献立を変更することがありますので、予めご了承ください。