



4月 新座市立野火止小学校 学校給食献立表

校長 丹代 円

栄養士 西川 聡子

令和6年度

日	曜	献立名	主な食品	栄養価	
				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
11	木	牛乳	ちらし寿司	610	25.9
		鶏肉のから揚げ	とり肉 にんにく しょうが 塩 清酒 ごま油 しょうゆ でん粉 薄力粉 なたね油		
		野菜の和え物	キャベツ きゅうり にんじん 薄口しょうゆ 三温糖 みりん		
12	金	牛乳	きつねうどん	590	26.4
		ちくわのいそべ揚げ	ちくわ 薄力粉 あおのり なたね油		
		ごま和え	もやし こまつな にんじん 上白糖 しょうゆ 清酒 白ごま		
15	月	牛乳	キムチチャーハン	601	23.7
		春雨スープ	鳥がら とり肉 にんじん 干しいたけ たけのこ水煮 もやし はくさい ねぎ はるさめ こまつな 清酒 塩 こしょう しょうゆ ごま油		
		ヨーグルト	ヨーグルト		
16	火	牛乳	カレーライス	680	22.3
		ツナサラダ	ツナ 芽ひじき きゅうり キャベツ ミネラルウォーター たまねぎ 穀物酢 しょうゆ 上白糖 塩 こしょう		
		はちみつレモントースト	食パン レモン汁 マーガリン(乳) はちみつ グラニュー糖		
17	水	牛乳	ホワイトシチュー	643	21.6
		コーンサラダ	キャベツ きゅうり ホールコーン にんじん 穀物酢 ミネラルウォーター しょうゆ こしょう 塩 三温糖		
		麦ごはん	米 米粒麦		
18	木	牛乳	四川豆腐	596	26.3
		ナムル	もやし こまつな にんじん しょうゆ 上白糖 ごま油 ラー油 にんにく		
		スパゲティミートビーンズソース	スパゲティ ミネラルウォーター しょうゆ にんにく たまねぎ にんじん セロリ ぶた肉 とり肉 赤ワイン トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース 肉みじん 塩 こしょう しょうゆ 薄力粉 ミネラルウォーター チーズ 大豆		
19	金	牛乳	野菜サラダ	616	28.6
		五目ごはん	米 米粒麦 ミネラルウォーター ぶた肉 にんじん かつお 油揚げ こんにゃく 清酒 みりん 三温糖 薄口しょうゆ		
		かじきの竜田揚げ	かじき切り身 しょうが 清酒 しょうゆ でん粉 なたね油		
22	月	牛乳	おひだし	574	26.2
		鶏そぼろ丼	米 米粒麦 ミネラルウォーター しょうゆ にんじん とり肉 清酒 三温糖 みりん しょうゆ 鶏卵 白ごま さやいんげん		
		みそしる	煮干し じゃがいも 油揚げ 白みそ 赤みそ こまつな ねぎ		
23	火	牛乳	みかんゼリー	628	29.9
		麦ごはん・しらすごまふりかけ	米 米粒麦 しらす干し 白ごま ゆかり		
		肉じゃが	こんにゃく しょうゆ ぶた肉 清酒 みりん しょうゆ にんじん たまねぎ じゃがいも さやいんげん 三温糖		
24	水	牛乳	即席漬け	594	19.1
		みそラーメン	蒸し中華めん ごま油 だし昆布 豚骨 鳥がら にんにく しょうが ねぎ 赤みそ ミネラルウォーター ぶた肉 にんじん ホールコーン もやし キャベツ たらこ 清酒 しょうゆ こしょう トウバンジャン		
		寒天ポンチ	粉寒天 上白糖 黄桃缶 みかん缶 りんご缶 上白糖 はちみつ 白ワイン		
25	木	牛乳	セルフハンバーガー	579	21.5
		ABCスープ	鳥がら ミネラルウォーター たまねぎ とり肉 白ワイン にんじん ホールコーン キャベツ 塩 こしょう 薄口しょうゆ ほうれんそう マカロニ		
		たけのこごはん	米 米粒麦 だし昆布 ミネラルウォーター たけのこ水煮 にんじん 油揚げ 清酒 みりん 薄口しょうゆ さやいんげん		
26	金	牛乳	さわらの西京みそかけ	591	27.8
		いそか和え	こまつな もやし にんじん しょうゆ 清酒 みりん のり		
		セルフハンバーガー	子供パン ミネラルウォーター たまねぎ ぶた肉 塩 こしょう ナツメグ粉 鶏卵 切干大根 パン粉 ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン キャベツ		
30	火	牛乳	さわらの西京みそかけ	588	25.4
		いそか和え	こまつな もやし にんじん しょうゆ 清酒 みりん のり		
		セルフハンバーガー	子供パン ミネラルウォーター たまねぎ ぶた肉 塩 こしょう ナツメグ粉 鶏卵 切干大根 パン粉 ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン キャベツ		

※学校行事や野菜・果物の価格変動などの都合により、食材を変更することがあります。ご了承ください。

※栄養価は中学年を基準にしています。低学年は0.8、高学年は1.2をかけた値が目安です。

平均	606	24.9
基準値	650	26.8

入学・進級おめでとうございます！

新年度が始まります。子供たちも新しい環境にワクワクしていることでしょう。さて、学童期は食生活を形成するのに大切な時期です。学校給食では、季節の食材や地域の農産物をたくさん使い、添加物は極力使用せず、衛生的に調理しています。今年度も、安心・安全で栄養バランスの良い給食作りに尽力してまいりますので、よろしくお願いたします。

～保護者の方へお願い～

★給食の食材について

給食では季節の野菜や魚、くだものなどがたくさん登場します。その中には、ご家庭で食べたことがない食材もあるかもしれません。食べず嫌いを減らすためや給食での食物アレルギー新規発症を防ぐためにも、ご家庭でも色々な食体験をしていただけると有難いです。

★給食着について

給食当番が使用する給食着は、学校で用意します。当番の児童が週末に持ち帰りますので、洗濯してアイロンかけをお願いします。また、ボタンが取れかかっていたりほころびがあれば、繕っていただけると助かります。



給食費の支払いについて

給食費は口座振替で、払込日は毎月5日です。(5日が土・日曜、祝日の場合は翌営業日)。なお、4月分は5月7日に2か月分引き落とされます。前日までに口座の残高を確認していただき、残高不足とならないようお願いいたします。

給食費は、全額子供たちの食材料費として使用します。(光熱 水費・人件費等は、市負担)。ご理解とご協力をお願いします。



今月の地元農家の野菜は…

鈴木農園
…ほうれんそう、にんじん
高橋農園
…こまつな

