



4 月献立表

令和7年度 練馬区立豊玉第二小学校

実施日 日 曜	献立名	主 な 材 料 名			エネルギー (kcal) たんぱく質 (%) *中学年度	献立紹介
		血や肉をつくる(赤)	熱や力のもと(黄)	体の調子を整える(緑)		
8 火	コメッコハヤシライス 牛乳 バリバリ海藻サラダ ☆2~6年生給食始め	豚肉 豆乳 牛乳 わかめ	米 麦 米油 じゃが芋 砂糖 ざらめ 米粉 ワンタンの皮 ごま油	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトビュレ ビーマン きゅうり キャベツ コーン	610	*8日より、 給食が始まります! 今年度も、 豊玉第二小学校の給食を よろしく願います。 
					13.6	
9 水	わかめとじゃこのごはん 牛乳 新じゃがのそぼろ煮 ごぼうチップサラダ ☆旬の食材「新じゃがいも」	炊き込みわかめの素 ちりめんじゃこ 牛乳 豚ひき肉	米 麦 米油 じゃが芋 砂糖 白ごま	生姜 にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり ごぼう	591	8日(火) ・コメッコ ハヤシライス バターと小麦粉を使った ルーの代わりに、米粉を使 用してとろみをつけます。
					14.5	
10 木	スパイシーピラフ 牛乳 チーズオムレツ ミネストローネ	ウインナー 牛乳 鶏ひき肉 チーズ 卵 ベーコン 豚肉 レンズ豆	米 麦 米油 砂糖 マカロニ	にんにく たまねぎ にんじん コーン ビーマン 大根 セロリー トマトビュレ トマト缶	605	14日(月) ・お祝いケーキ 卵、乳製品を使わない生地 で、入学や進級をお祝いす るケーキを作ります。
					17.6	
11 金	麦ごはん 牛乳 さわらのカレーパン粉焼き 野菜のみそ汁 お花見団子 	牛乳 さわら 油揚げ みそ きな粉	米 麦 マヨネーズ(卵なし) パン粉 白玉粉 上新粉 砂糖	にんにく パセリ にんじん 大根 もやし 小松菜 よもぎ	681	21日(月) ・旬の食材「キャベツ」 春のキャベツはふんわりと して葉がやわらかく甘 みがあります。この春キャ ベツをたっぷり使ってク リーム煮を作ります。
					16.8	
14 月	チキンライス 牛乳 春野菜のポトフ お祝いケーキ ☆1年生給食始め お祝い献立	とり肉 牛乳 ベーコン ウインナー 豚肉 豆乳	米 麦 米油 じゃが芋 小麦粉 砂糖 きり砂糖 粉糖	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく キャベツ アスパラガス	637	24日(木) ~旬の食材~ 「たけのこ」 春が旬の食べものです。 「竹の子」とも言います が、竹かんむりに「旬」と 書いて「旬(たけのこ)」と表 します。水煮にすることで1 年中手に入る食材となりま した。
					13.3	
15 火	あんかけチャーハン 牛乳 じゃがいもと大豆の揚げ煮	卵 豚肉 牛乳 大豆 ちりめんじゃこ	米 麦 米油 片栗粉 ごま油 じゃが芋 砂糖	生姜 ねぎ にんじん たけのこ 大根 干しいだけ	594	25日(金) 入学・進級 おめでとう! 
					17.3	
16 水	レンズドライカレー 牛乳 ジャーマンポテト	豚ひき肉 レンズ豆 牛乳 ベーコン	米 麦 米油 小麦粉 じゃが芋	にんにく 生姜 たまねぎ レーズン トマトビュレ ビーマン	608	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					14.9	
17 木	回鍋肉丼 牛乳 コーンサラダ フルーツミルクプリン	豚肉 みそ 牛乳 寒天 コンデンスミルク 豆乳	米 麦 米油 砂糖 片栗粉	にんにく にんじん ビーマン キャベツ ねぎ きゅうり 小松菜 コーン みかん缶	579	30日(水) とり五目おこわ 牛乳 ししゃものから揚げ 豚汁
					13.7	
18 金	ガーリックライス 牛乳 白身魚のトマトチーズ焼き 豆乳コンソープ	ベーコン 牛乳 ホキ チーズ とり肉 豆乳	米 麦 米油 じゃが芋 小麦粉 豆乳バター	にんにく ごぼう パセリ粉 たまねぎ しめじ コーン トマト缶 にんじん	600	エネルギー (kcal) たんぱく質 (%) *中学年度
					18.1	
21 月	きな粉バタートースト 牛乳 春キャベツのクリーム煮 オレンジゼリー ☆旬の食材「キャベツ」	きな粉 牛乳 ベーコン とり肉 生クリーム アガー	食パン バター グラニュー糖 米油 じゃが芋 豆乳バター 小麦粉 砂糖	にんじん たまねぎ キャベツ フロッコリー オレンジジュース	615	21日(月) ・旬の食材「キャベツ」 春のキャベツはふんわりと して葉がやわらかく甘 みがあります。この春キャ ベツをたっぷり使ってク リーム煮を作ります。
					13.5	
22 火	麦ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ じゃがいもの洋風炒め 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 厚揚げ ベーコン 豆腐 みそわかめ	米 麦 パン粉 砂糖 片栗粉 白ごま 米油 じゃが芋	たまねぎ れんこん ビーマン にんじん ねぎ	645	25日(金) 入学・進級 おめでとう! 
					16.8	
23 水	マーボー豆腐丼 牛乳 春雨サラダ くだもの(清美オレンジ)	豚ひき肉 みそ 豆腐 牛乳	米 麦 米油 砂糖 片栗粉 ごま油 春雨	にんにく 生姜 干しいだけ にんじん いら ねぎ グリンピース もやし きゅうり 清見	622	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					16.3	
24 木	たけのこご飯 牛乳 さばのごま照り焼き かきたま汁 ☆旬の食材「たけのこ」	油揚げ 牛乳 さば 豆腐 卵	米 麦 砂糖 白ごま 片栗粉	たけのこ にんじん さやいんげん ねぎ 小松菜	552	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					20.9	
25 金	スパゲティビーンズソース 牛乳 ポテト入りフレンチサラダ	豚ひき肉 大豆 チーズ 牛乳	スパゲティ 米油 砂糖 じゃが芋	にんにく 生姜 にんじん たまねぎ しめじ トマトジュース キャベツ きゅうり コーン	567	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					16.9	
28 月	ミルクパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ	牛乳 豚ひき肉 チーズ ベー コン	ミルクパン マカロニ 米油	にんにく たまねぎ しめじ トマトビュレ にんじん レタス 小松菜	553	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					17.2	
30 水	とり五目おこわ 牛乳 ししゃものから揚げ 豚汁	とり肉 牛乳 ししゃも 豚肉 みそ 豆腐	米 もち米 米油 砂糖 片栗粉 こんにゃく じゃが芋	生姜 ごぼう 干しいだけ にんじん にんにく 大根 小松菜	578	28日(月) ミルパン 牛乳 マカロニミートグラタン ベーコンとレタスのスープ
					16.5	

※ 食材料購入の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。(16回)
 ☆ 1年生の給食は14日(月)より開始します。

栄養素	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミン					食物繊維	食塩		
	kcal	g	g	mg	mg	mg	A	μgRE	B1	mg	B2	mg	C	mg	g
4月分平均 (中学年)	602	24.2g(16.1%)	21.8g(32.6%)	329	89	2.2	261		0.41	0.53		28		7.1	2.6

<4月の食材の主な産地(予定)>							
食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
にんにく	青森県	えのき	長野県 新潟県	こまつな	東京都 埼玉県	米	宮城県産「萌えみのり」
しょうが	高知県	しめじ	長野県 新潟県	キャベツ	愛知県 千葉県	牛乳	東京都 群馬県 岩手県 青森県 秋田県 宮城県 北海道 山梨県
たまねぎ	北海道 佐賀県	もやし	栃木県	だいこん	千葉県 茨城県	鶏肉	宮城県 鳥取県 青森県
じゃがいも	鹿児島県 長崎県	ビーマン	茨城県	ごぼう	青森県	豚肉	茨城県 群馬県 埼玉県
にんじん	徳島県 鹿児島県	ねぎ	千葉県 埼玉県 茨城県	アスパラガス	長野県 栃木県	鶏卵	茨城県 群馬県 埼玉県
セロリー	愛知県 静岡県 茨城県	いら	栃木県 千葉県	れんこん	茨城県	きよみ	愛媛県
きゅうり	群馬県 埼玉県 茨城県	レタス	静岡県 茨城県 長野県	さつまいも	千葉県 茨城県		