

令和7年

4月

給食予定献立表

日	曜日	主食	牛乳	献立名	血や肉、骨や歯になるもの	からだの調子を整える	体を動かす 熱や力になるもの	1人あたり kcal	たんぱく 質 g
8	火	ちらし寿司 進級お祝いこんだて	○	★鶏肉のアップルソース焼き さくらのすまし汁 ピーチゼリー	とりもも あぶらあげ のり ★ぎゅうにゅう とりにく とうふ かまぼこ アガー	にんじん かんぴょう ほししいたけ さやいんげん ★りんご だいこん えのきたけ ねぎ こまつな ももジュース ももかん	もちごめ こめ さとう こめあぶら	615	25.5
9	水	ターメリックライス	○	チリコンカン じゃがいものハニーサラダ	★ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく	にんにく しょうが たまねぎ トマトかん ピーマン きゅうり にんじん キャベツ	こめ おおむぎ こめあぶら こむぎこ さとう あぶら じゃがいも はちみつ	596	21.8
10	木	★シーフードピラフ	○	マカロニスープ ★おかしなお菓子半熟卵 ↑カルピスと桃のゼリー	いか ★えび ★ぎゅうにゅう とりにく かんてん	たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン パセリ セロリー しょうが キャベツ ももかん	こめ おおむぎ こめあぶら じゃがいも マカロニ さとう ★カルピス	615	22.8
11	金	ご飯	○	鮭の塩こうじ焼き 厚揚げの味噌汁 ばりばりサラダ	★ぎゅうにゅう さけ あつあげ みそ	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ もやし きゅうり	こめ じゃがいも ワントンのかわ あぶら こめあぶら さとう	528	27.2
14	月	わかめご飯 旬の食材～春キャベツ～	○	★卵焼き 春キャベツのみそ汁 大根ときゅうりのぴり辛漬け	たきこみわかめのもと ★ぎゅうにゅう ぶたひきにく だいず ★たまご あつあげ みそ	にんじん ほししいたけ たまねぎ キャベツ こまつな だいこん きゅうり にんにく しょうが	こめ おおむぎ こめあぶら さとう じゃがいも ごまあぶら	558	24.6
15	火	コメツコチキン カレーライス 1年生給食スタート ♪お皿2枚で配膳しやすく♪	○	福神漬 はちみつドレッシングサラダ	とりにく ひよこめ ★ぎゅうにゅう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマトかん ふくじんづけ きゅうり キャベツ コーン	こめ おおむぎ こめあぶら じゃがいも こめこ ぎらめ はちみつ	610	17.8
16	水	麻婆豆腐丼 1年生配膳応援こんだて ♪お皿2枚で配膳しやすく♪	○	★チョレギサラダ	ぶたひきにく だいず みそ とうふ ★ぎゅうにゅう かいそう のり	しょうが にんにく ねぎ にんじん たまねぎ ほししいたけ たけのこ だいこん きゅうり こまつな コーン にら	こめ おおむぎ こめあぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ★しろすりごま ★しろごま	580	23.6
17	木	★きなこ揚げパン 人気メニュー紹介こんだて	○	トマトスープ ★焼肉サラダ	きなこ ★ぎゅうにゅう ウイナー ぶたにく いんげんまめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ トマトかん はくさい キャベツ きゅうり	★ミルクパン あぶら さとう なたねあぶら じゃがいも こめあぶら ★しろごま ごまあぶら マカロニ	615	27.6
18	金	練馬スパゲティ 食育の日～練馬区～&旬の食材～アスパラ～ 1年生配膳応援こんだて ♪お皿2枚で配膳しやすく♪	○	アスパラサラダ	まぐろかん のり ★ぎゅうにゅう ベーコン	だいこん たまねぎ えのきたけ しめじ しょうが キャベツ アスパラガス きゅうり にんじん	スパゲティ オリーブゆ さとう こめあぶら	567	25.5
21	月	いわしのかば焼き丼 1年生配膳応援こんだて ♪お皿2枚で配膳しやすく♪	○	呉汁 キャロットオレンジゼリー	いわし ★ぎゅうにゅう だいず ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ アガー	しょうが にんじん ねぎ こまつな オレンジジュース	こめ おおむぎ かたくりこ あぶら さとう じゃがいも	633	27.5
22	火	★なんちゃってオムライス	○	ABCスープ デコボン	ウイナー ★たまご ★ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	たまねぎ にんじん トマトピューレ グリンピース セロリー しょうが キャベツ コーン こまつな デコボン	こめ おおむぎ こめあぶら マカロニ	598	22.9
23	水	筍ご飯 旬の食材～新たけのこ～	○	★ししゃものみりん焼き けんちん汁 ピリピリしらたき	あぶらあげ ★ぎゅうにゅう ★ししゃも とうふ	にんじん たけのこ ごぼう だいこん こまつな にんにく ねぎ	もちごめ こめ こめあぶら さとう こんにゃく じゃがいも ごまあぶら しらたき	546	24.4
24	木	★ココアパン 旬の食材～かぶ～	○	★春野菜のシチュー パプリカサラダ	★ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ★クリーム ★エメンタルチーズ	セロリー にんにく たまねぎ にんじん かぶ かぶ (は) アスパラガス キャベツ きゅうり あかピーマン きピーマン	★ココアパン こめあぶら じゃがいも ★バター こむぎこ さとう	561	22.5
25	金	ご飯 旬の食材～新たまねぎ～	○	ビーンズクロック ツナサラダ 新たまねぎの味噌汁	★ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく とうにゅう まぐろかん あつあげ みそ	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ もやし こまつな	こめ あぶら こめあぶら マッシュポテト こむぎこ パンこ さとう ごまあぶら じゃがいも	688	26.5
28	月	そばろ丼	○	★かきたま汁 フルーツカクテル	とりひきにく こうやどろふ のり ★ぎゅうにゅう とりもも ★たまご	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ ほうれんそう みかんかん パインアップルかん ももかん	こめ おおむぎ こめあぶら さとう でんぷん	599	26.7
30	水	ご飯 練馬みその日	○	鰯のコーンフ레이크揚げ 練馬みその味噌汁 ★千草あえ	★ぎゅうにゅう あじ あつあげ みそ あぶらあげ	にんじん だいこん こまつな キャベツ もやし	こめ こむぎこ コーンフ레이크 パンこ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら ★ごま こんにゃく	621	27.5

*天候や業者の事情等により、献立・食材は急に変更する場合があります。ご了承ください。

*日本食品標準成分表が2020年に改訂され、エネルギーの算出方法が改訂されたため、エネルギー量が改訂前より、低く算出されます。記載は中学年の栄養価です。

*★はアレルギー対応に関わるものです。