

令和8年度 4月献立予定表

港区立御成門学園
御成門小学校
校長 阿部俊幸
朱穂士 森 友香

日	献立		牛乳	血や肉になる食品 (赤)	エネルギーになる食品 (黄)	からだ、しょうじょ、子どもの 体の調子を整える食品 (緑)	しょうじょ、しょうじょ、しょうじょ 調味料等	1人あたり たんぱく質
	主食	おかず・デザート						
7 火	ドライカレー	キャベツサラダ キヨミオレンジ	○	豚肉	精白米、米油、米粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ 人参、ピーマン トマト缶、キャベツ、きゅうり ネーブルオレンジ	塩、カレー粉、赤ワイン こしょう トマトケチャップ ウスターソース、酢	599 kcal 19.8 g
8 水	ごはん	とりにく、て 鶏肉の照り焼き モヤシの磯和え じゃがいもわかめのみそ汁	○	鶏肉、のり、油揚げ みそ、わかめ	精白米、米油、三温糖 でん粉、じゃが芋	しょうが、小松菜、人参、もやし	醤油、酒、みりん だし、削り節	570 kcal 24.1 g
9 木	ごはん	タラのみそマヨネーズ焼き モヤシの煮びだし 吉野汁	○	すけとうだら、みそ 油揚げ、豆腐	精白米、ベジタブルマヨネーズ 三温糖、里芋、でん粉	人参、もやし、小松菜 大根、長ねぎ	塩、こしょう、白ワイン からし、だし、削り節 醤油、だし昆布	589 kcal 26.1 g
10 金	コーンライス	ポークビーンズ ほうれん草のグリーンサラダ	○	豚肉、ベーコン、大豆	精白米、米油、じゃが芋	ホールコーン、セロリ、人参 玉ねぎ、しょうが、ほうれん草 キャベツ、きゅうり	塩、白ワイン、赤ワイン 鶏がら、こしょう、ベイリーフ、 トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース、パセリ、酢	614 kcal 23.9 g
13 月	ごはん	サバの塩焼き キャベツのおひだし 豆腐としめじのみそ汁 河内晩柑	○	さば、みそ、豆腐	精白米、米油	小松菜、人参、キャベツ しめじ、長ねぎ、河内晩柑	塩、醤油、りんご酢 だし、削り節	616 kcal 24.3 g
14 火	チャーハン	もやしと小松菜のナムル 春雨と豆腐の中華スープ	○	豚肉、えび、鶏卵、豆腐	精白米、米油、三温糖 ごま油、緑豆春雨	人参、干しいたけ、長ねぎ グリーンピース、小松菜、もやし しょうが、たけのこ、白菜 チンゲンサイ	酒、塩、醤油、こしょう、酢 ラー油、鶏がら	589 kcal 25.0 g
15 水	スパゲッティ ビーンズミート	大根サラダ	○	豚肉、大豆、チーズ	米油、米粉、オリーブ油 スパゲティ	にんにく、しょうが、玉ねぎ 人参、トマトジュース キャベツ、きゅうり 大根、夏みかん	赤ワイン、塩、こしょう ナツメグ、トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース タバコパセリ、酢	653 kcal 27.6 g
16 木	ごはん	つくね キャベツのゴマ和え けんちん汁	○	鶏肉、鶏卵、豆腐	精白米、米油、パン粉、三温糖、でん粉、白ごま、ごま油、里芋	玉ねぎ、れんこん、小松菜 キャベツ、ごぼう、人参 大根、長ねぎ	塩、こしょう、だし、削り節 醤油、みりん、だし昆布	592 kcal 25.9 g
17 金	ごはん	厚焼き卵 白菜のゴマ和え カブとナメコのみそ汁	○	鶏肉、鶏卵、豆腐、みそ	精白米、米油、三温糖 でん粉、白ごま	たけのこ、干しいたけ、長ねぎ グリーンピース、小松菜、人参 白菜、なめこ、かぶ	酒、塩、醤油、酢、だし、削り節	616 kcal 27.1 g
20 月	ごはん	シウマイ ほうれん草と豆もやしのナムル 豆腐と小松菜の中華スープ	○	豚肉、豆腐	精白米、しょうまいの皮 でん粉、ごま油	玉ねぎ、たけのこ、干しいたけ、 しょうが、ほうれん草、白菜 大豆もやし、小松菜、長ねぎ	塩、こしょう、醤油、酒 ラー油、鶏がら	589 kcal 24.7 g
21 火	わかめごはん	サワラの西京焼き 小松菜のゴマ和え 巽山みそ汁	○	わかめごはんの素、さわら 西京みそ、みそ、豆腐	精白米、米油、三温糖 白ごま、こんにゃく	小松菜、人参、白菜 ごぼう、長ねぎ	酒、醤油、だし、削り節	582 kcal 27.4 g
22 水	ジャージャー麺	キャベツの中華サラダ 青のりビーンズ	○	豚肉、みそ、大豆、青のり	米油、中華麺、上白糖、でん粉 ごま油、じゃが芋、揚げ油	にんにく、しょうが、人参 たけのこ、干しいたけ 長ねぎ、キャベツ、きゅうり	塩、こしょう、鶏がら トウバンジャン テンメンジャン 酒、醤油、ラー油 オイスターソース、酢	641 kcal 27.0 g
23 木	三色丼	高野豆腐と野菜の旨煮 豆腐とわかめのみそ汁	○	鶏卵、鶏肉、高野豆腐 豆腐、わかめ	精白米、米油、三温糖 ごま油、こんにゃく、里芋	しょうが、小松菜、人参、ごぼう さやいんげん、長ねぎ	塩、酢、酒、醤油、だし、削り節 みりん、だし昆布	635 kcal 27.7 g
24 金	ごはん	きびなごの南蛮漬 白菜の磯和え 五豆 豆腐とエノキのみそ汁	○	きびなご、のり、昆布 大豆、ちくわ、豆腐	精白米、揚げ油、でん粉、三温糖 こんにゃく、麩	しょうが、長ねぎ、小松菜、白菜 もやし、ごぼう、人参、えのき	醤油、酒、酢、一味唐辛子 だし昆布、だし、削り節、塩	579 kcal 25.8 g
27 月	ひじきごはん	肉じゃが キャベツの和風サラダ 河内晩柑	○	油揚げ、ひじき、豚肉	精白米、もち米、米油、三温糖 こんにゃく、じゃが芋 ごま油、白ごま	人参、玉ねぎ、キャベツ きゅうり、河内晩柑	酒、塩、醤油、だし昆布 みりん、だし、削り節 酢、こしょう	587 kcal 19.8 g
28 火	ごはん	ハンバーグ きのこソース 小松菜のおかか和え 大根とわかめのみそ汁	○	豚肉、鶏卵、削り節 みそ、わかめ	精白米、パン粉、三温糖、でん粉	玉ねぎ、しょうが、しめじ えのき、しいたけ、小松菜 キャベツ、もやし、人参 大根、長ねぎ	塩、こしょう、醤油 みりん、だし、削り節	599 kcal 27.0 g
30 木	ミルクパン	ポテトグラタン カブサラダ ベジタブルスープ	○	豚肉、チーズ、ベーコン	ミルクパン、じゃが芋 米油、米粉	にんにく、玉ねぎ、人参 マッシュルーム、キャベツ かぶ、きゅうり、しょうが	塩、こしょう、ナツメグ トマトピューレ トマトケチャップ 鶏がら、ベイリーフ パセリ	581 kcal 24.7 g

今日の給食 目標「準備や後片付けの仕方を身につけよう」

ご協力お願いします！！

給食当番の白衣・帽子・袋は、その週の当番に当たった子供が家庭に持ち帰ります。

洗濯をして翌週の月曜日(休日の場合は翌日)に必ず持たせてください。

減菌のためにアイロンがけもお願いします。

また、給食当番はマスクを着用して配ぜんをします。ご用意をお願いします。

いつ給食当番にあたってもしっかりと、ランドセルに常備してください。

(髪の毛の長い子供は髪を結ぶゴムも入れてください。)



しんきゅうにゆうがく
進級・入学
おめでとう
ございます！

今年度も安心・安全な給食を
提供していきたいと思ひます。
1年間よろしくお祈ひします。

