



4月 献立表 (14回)



平成29年 4月 6日
調布市立 多摩川小学校
校長 安藤力也
栄養士 陣内夏子

日	主食	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
10月	花見寿司 さわらの照り焼き 野菜のおかかかけ すまし汁 清美オレンジ 	○	牛乳 昆布 さわら じゃこ とり肉 わかめ けずり	米 砂糖 小花麩	椎茸 筍 人参 かんぴょう 菜の花 キャベツ もやし ねぎ 小松菜 えのき 清美オレンジ	551 kcal 25.7 g 13.3 g 3.7 g
11火	ごはん 高菜じゃこふりかけ 春野菜の煮物 大根のみそ汁	○	牛乳 じゃこ 生揚げ とり肉 けずり みそ	米 油 じゃがいも 砂糖	高菜 こねぎ ぶき 人参 こんにゃく 椎茸 玉ねぎ 筍 ごぼう いんげん 小松菜 大根 えのき しめじ ねぎ	556 kcal 22.6 g 13.9 g 2.7 g
12水	ミルクパン ラザニア ビーンズサラダ 洋風スープ	○	牛乳 ぶた肉 大豆 チーズ ミックス ベーコン けずり	ミルクパン 油 パスタ 小麦粉 乳除去マーガリン 砂糖 じゃがいも	にんにく 玉ねぎ もやし マッシュルーム パセリ 人参 枝豆 キャベツ コーン	599 kcal 24.6 g 25.4 g 3.1 g
13木	中華丼 ウースタン 青のりお豆 いちご 	○	牛乳 ぶた肉 いか たら えび けずり 大豆 青のり	米 油 でんぷん ごま油 砂糖	生姜 人参 椎茸 玉ねぎ 白菜 豆もやし ねぎ 筍 チンゲン菜 いちご	558 kcal 24.8 g 14.3 g 2.8 g
14金	キムチうどん いかの南蛮揚げ くきわかめの中華あえ かぼちゃ白玉	○	牛乳 ぶた肉 けずり みそ さば ハム くきわかめ	うどん でんぷん 油 砂糖 ごま油 ごま 白玉粉 黒みつ	生姜 キムチ 大根 人参 白菜 椎茸 しめじ もやし ねぎ にんにく キャベツ かぼちゃ	605 kcal 27.1 g 25.6 g 4.1 g
17月	ひじきピラフ ミートポテトのチーズ焼き レタスとハムのスープ 	○	牛乳 ひじき とり肉 ぶた肉 大豆 ベーコン チーズ ハム	米 乳除去マーガリン じゃがいも 油	人参 コーン グリンピース しめじ 玉ねぎ にんにく マッシュルーム トマト缶 レタス ねぎ えのき	623 kcal 21.0 g 21.0 g 3.2 g
18火	ピピンバ ワンタンスープ するめのサラダ	○	牛乳 卵 ぶた肉 けずり ミックス するめ	米 油 砂糖 ごま油 でんぷん ワンタンの皮	ぜんまい 筍 豆もやし コーン 小松菜 玉ねぎ 人参 ほうれんそう ねぎ しなちく キャベツ	650 kcal 26.2 g 22.3 g 3.5 g
19水	わかめごはん 鮭のチャンチャン焼き 白菜とベーコンのスープ はるか 	○	牛乳 わかめ じゃこ 鮭 みそ ベーコン 豆腐 けずり	米 ごま じゃがいも 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン えのき しめじ 白菜 もやし コーン はるか	551 kcal 26.6 g 14.3 g 2.0 g
20木	ホットドック コーンシチュー つぶつぶみかんゼリー 	○	牛乳 ウィナーソーゼ とり肉 いんげんまめ 豆乳 豆乳クリーム	コッペパン 砂糖 じゃがいも 小麦粉 乳除去マーガリン 油	キャベツ 人参 玉ねぎ コーン缶 グリンピース みかん缶 ルクソージュース	668 kcal 21.8 g 29.9 g 3.6 g
21金	筍ごはん 千草焼き チンゲン菜のソテー 春キャベツのみそ汁 	○	牛乳 とり肉 けずり 卵 ベーコン 生わかめ みそ	米 砂糖 油 でんぷん	さやえんどう 人参 椎茸 ほうれんそう チンゲン菜 コーン もやし キャベツ 筍 玉ねぎ ねぎ	552 kcal 24.5 g 18.5 g 3.5 g
振替休業日						
25火	手作りの五目いなり 炒めたくあん さつまいも汁 かわちばんかん	○	牛乳 ひじき 油揚げ けずり みそ	米 砂糖 ごま油 ごま 油 さつまいも	人参 しらたき たくあん ごぼう 大根 しめじ えのき ねぎ 小松菜 かわちばんかん	778 kcal 30.9 g 30.9 g 3.1 g
26水	梅じゃこごはん 豆腐の田楽 ごぼう入りサラダ かきたま汁 	○	牛乳 じゃこ 豆腐 卵 とり肉 みそ けずり	米 砂糖 ごま 油 でんぷん	カリカリ梅 キャベツ もやし 人参 ほうれんそう ごぼう 玉ねぎ 小松菜	566 kcal 22.5 g 18.2 g 3.6 g
27木	春キャベツのツナスパゲッティ ジャーマンポテト トマトスープ 黒ごまプリン	○	牛乳 ツナ ベーコン とり肉 いんげんまめ 豆乳	スパゲッティ 油 じゃがいも 砂糖 ごま	たかのつめ にんにく 人参 キャベツ 玉ねぎ コーン パセリ セロリー トマト缶	615 kcal 23.5 g 25.4 g 2.9 g
28金	カレーライス コーンサラダ キラキラボンチ	○	牛乳 とり肉 粉寒天	米 油 じゃがいも 小麦粉 乳除去マーガリン 砂糖	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 もやし 枝豆 キャベツ コーン ぶどうジュース 黄桃缶 りんご缶 みかん缶 ｽｶｯﾄ缶 ｻﾝﾄﾞ	703 kcal 17.6 g 19.8 g 1.8 g

(調布市の学校給食には、安全性が確認された食材を使用しています。また、食材の都合により献立が変更になる場合があります。御了承ください。)
姉妹都市の木島平村や地域の農家からの食材を給食に使用しています。
木島平村産:えのき しめじ なめこ 地場野菜:今月は地場野菜の利用はありません。

給食費納入のお願い

- ・5月8日(月)に4・5月分まとめて引落されます。未納となりませんよう、5月2日(火)までに御入金をお願いいたします。(1年生のみ、6月からの引落としとなります。)
- ・給食費は毎月5日に引落されます。5日が休業日の場合は、翌営業日に引落されます。1回の引落しにつき、10円の手数料負担をお願いしています。

<月額>

- 1・2年生・・・4,450円(5月引落額 8,900円) ※1年生の4月分は2,225円です。6月5日(月)に4・5・6月分 11,125円が引落されます。
- 3・4年生・・・4,650円(5月引落額 9,300円)
- 5・6年生・・・4,850円(5月引落額 9,700円)