

令和6年度 4月 学校給食献立表

墨田区立吾嬭立花中学校

日	主食	牛乳	おかず	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		1杯分 たんぱく質 脂質
9 火	チキンカレーライス 	○	海藻サラダ 清美オレンジ	鶏肉	牛乳 粉チーズ 海藻ミックス	米 麦 じゃがいも マンゴーチャツネ 小麦粉 はちみつ	油 バター	人参	にんにく 生姜 玉ねぎ きゃべつ きゅうり 清美オレンジ	759 kcal 22.4 g 25.0 g
10 水	チリピーンズドッグ	○	野菜スープ いちごヨーグルト	鶏肉 大豆 豚レバーチップ 豚肉	牛乳 チーズ ヨーグルト	コッペパン 小麦粉 じゃがいも いちごジャム	油	人参 ほうれん草 小松菜	にんにく 玉ねぎ 生姜 きゃべつ コーン いちご	809 kcal 39.7 g 34.1 g
12 金	ごはん	○	魚の香味焼き 切り干し大根の炒め煮 豚汁	鯖 油揚げ 豚肉 豆腐 みそ	牛乳	米 さとう じゃがいも こんにゃく	油	人参	生姜 ねぎ 切り干し大根 ごぼう 大根	722 kcal 35.0 g 22.7 g
15 月	チキンライス	○	じゃがいものハニーサラダ 紅白ゼリー 〈1年生 入学祝い給食〉	鶏肉	牛乳 粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	米 はちみつ じゃがいも さとう	バター 油	人参 ピーマン	にんにく 玉葱 マッシュルーム キャベツ きゅうり いちご	749 kcal 20.9 g 22.8 g
16 火	たけのごはん 〈季節の給食〉 	○	ししゃもの磯辺揚げ さつま汁	鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 ししゃも あおのり	米 もち米 小麦粉 さつまいも	油	人参 いんげん たかのつめ	たけのご 干椎茸 ごぼう 大根 ねぎ	778 kcal 31.2 g 26.4 g
17 水	トマトクリーム スパゲティ	○	じゃがいもの干切りサラダ りんご	鶏肉 ベーコン	牛乳 生クリーム 粉チーズ	さとう スパゲティ じゃがいも	ごま油 油	人参 トマト 小松菜	セロリ にんにく 玉ねぎ しめじ きゅうり コーン りんご	805 kcal 32.8 g 28.6 g
18 木	豆乳きなこトースト	○	クラムチャウダー ツナ入りサラダ 	きなこ 豆乳 ベーコン ぼたて あさり ツナ	牛乳 調理用牛乳 生クリーム	食パン さとう じゃがいも 小麦粉 はちみつ	油 バター	人参 パセリ	玉ねぎ きゃべつ コーン	729 kcal 31.3 g 31.7 g
19 金	麦ごはん	○	魚の西京焼き 磯香和え かきたま汁	さわら みそ 鶏肉 豆腐 卵	牛乳 わかめ ぎざみのり	米 三温糖 でんぷん 麦		人参 小松菜	生姜 きゃべつ もやし ねぎ えのき	693 kcal 33.6 g 18.9 g
22 月	ホイコーロー丼 	○	豆腐とわかめのスープ ミルクゼリー	豚肉 みそ 鶏肉 豆腐	牛乳 わかめ 粉寒天 調理用牛乳	米 三温糖 さとう でんぷん	油	人参 ピーマン	生姜 にんにく たけのご きゃべつ しめじ 白菜 ねぎ みかん	749 kcal 28.3 g 18.9 g
23 火	わかめごはん	○	ぎせい豆腐 おろしぼん酢和え みそ汁	鶏肉 大豆 豆腐 たまご 生揚げ みそ	牛乳 わかめ	米 麦 さとう でんぷん じゃがいも	油	人参 小松菜	玉ねぎ たけのご 干し椎茸 もやし きゃべつ 大根 レモン ねぎ	697 kcal 29.0 g 20.9 g
24 水	きつねうどん 	○	じゃこ入りわかめサラダ 草だんご	豚肉 油揚げ きなこ	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ	冷凍うどん さとう 白玉粉 上新粉	油	小松菜 人参 よもぎ	玉ねぎ きゃべつ 切り干し大根 生姜	791 kcal 34.0 g 24.8 g
25 木	黒砂糖パン	○	ポテトチキングラタン えび入りサラダ	ベーコン 鶏肉 おから 豆乳 えび	牛乳 調理用牛乳 粉チーズ ピザチーズ わかめ	黒砂糖パン じゃがいも 米粉 パン粉 さとう	油 バター	人参 パセリ	玉ねぎ きゃべつ マッシュルーム コーン きゅうり	757 kcal 37.2 g 35.3 g
26 金	ごはん	○	いかのかりん揚げ ひじきの炒め煮 田舎汁	いか 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 ひじき	米 でんぷん しらたき さとう じゃがいも	油	人参	生姜 枝豆 大根 ねぎ	769 kcal 33.5 g 23.9 g
30 火	マーボー丼 	○	春雨サラダ フルーツカクテル	豚肉 みそ 豆腐	牛乳	米 さとう でんぷん 春雨	油 ごま油	人参 にら	にんにく 生姜 ねぎ 玉ねぎ たけのご 干し椎茸 もやし きゅうり コーン パイン みかん 桃	744 kcal 25.9 g 19.5 g



保護者の方へ

学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……………

ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。

給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。なお、ほかのお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



給食当番の衛生手配

