令和5年度　北区立稲田小学校　４月献立表

日	曜	こんだて	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 食塩相当量
10	月	**★2～6年生給食始まり★** 菜の花ごはん 鰆の西京焼き こづゆ　　いちご	○	鶏卵,牛乳,さわら,豆腐	精白米,油,いりごま,砂糖,しらたき 里いも,車ふ	小松菜,のざわな漬,しょうが,長ねぎ ごぼう,にんじん,大根,きくらげ いちご	615 kcal 29.4 g 2.5 g
11	火	きなこ揚げパン 白菜と肉団子のスープ 鉄骨サラダ	○	きな粉,牛乳,豚挽肉,豆乳,豆腐 干ひじき,ちりめんじゃこ,大豆	油,コッペパン,砂糖,パン粉,でんぷん はるさめ,ごま油,いりごま	にんじん,竹の子,干ししいたけ しょうが,長ねぎ,はくさい,小松菜 キャベツ,きゅうり,ホールコーン	625 kcal 27.0 g 2.2 g
12	水	ひじきごはん いかと大豆のかりんと揚げ せんべい汁	○	干ひじき,鶏肉,油揚げ,牛乳,いか 大豆	精白米,油,砂糖,いりごま,小麦粉 でんぷん,おつゆせんべい	にんじん,さやいんげん,しょうが 大根,ごぼう,長ねぎ,小松菜	652 kcal 27.8 g 2.5 g
13	木	ごはん じゃこの佃煮 鶏塩じゃが こんがりキツネの和風サラダ	○	牛乳,じゃこ,鶏肉,油揚げ	精白米,砂糖,いりごま,油,じゃがいも しらたき,ごま油	しょうが,にんにく,にんじん,玉ねぎ さやえんどう,ほうれん草,はくさい	591 kcal 22.4 g 1.9 g
14	金	**★6－1考案献立★** ごはん　豚肉のしょうが焼き 野菜のおかかあえ 具だくさんみそ汁	○	牛乳,豚肉,豆腐,油揚げ	精白米,砂糖,こんにゃく,里いも	しょうが,キャベツ,にんじん,小松菜 アスパラガス,ごぼう,玉ねぎ,大根 長ねぎ	597 kcal 25.1 g 2.3 g
17	月	**★1年生給食始まり★** カレーライス パリパリサラダ	○	鶏肉,レンズまめ プレーンヨーグルト,牛乳	精白米,油,じゃがいも,バター,小麦粉 ワンタンの皮,砂糖,いりごま	しょうが,にんにく,玉ねぎ,セロリー にんじん,トマトピューレ グリンピース,キャベツ,きゅうり	655 kcal 20.2 g 2.2 g
18	火	高野豆腐のそぼろごはん 五目スープ みかんゼリー	○	鶏挽肉,高野豆腐,牛乳,豆腐 うずら卵水煮,粉寒天	精白米,油,砂糖,でんぷん	干ししいたけ,にんじん,長ねぎ 玉ねぎ,たけのこ,チンゲンツァイ きくらげ,みかんジュース	624 kcal 24.8 g 2.2 g
19	水	たけのこごはん 鮭のあけぼの焼き 青菜のごまあえ 新じゃがのみそ汁	○	油揚げ,牛乳,鮭,カットわかめ	精白米,砂糖,いりごま,新じゃがいも マヨネーズ	たけのこ,にんじん,小松菜,はくさい 新玉ねぎ,長ねぎ	612 kcal 26.8 g 2.8 g
20	木	黒砂糖パン クリームシチュー スナップえんどうのサラダ	○	牛乳,鶏肉,調理用牛乳,生クリーム ホタテ貝柱	黒砂糖パン,油,じゃがいも,バター 小麦粉,砂糖	玉ねぎ,にんじん,マッシュルーム しめじ,グリンピース,キャベツ きゅうり,スナップえんどう	600 kcal 22.9 g 1.6 g
21	金	**★6－2考案献立★** ゆかりごはん 肉団子の桜蒸し　華風きゅうり 中華風コーンスープ	○	牛乳,豚挽肉,豆乳,鶏肉,鶏卵	精白米,パン粉,でんぷん,もち米 ごま油	しょうが,干ししいたけ,玉ねぎ きゅうり,にんにく,にんじん クリームコーン ,長ねぎ,小松菜	663 kcal 24.9 g 2.3 g
24	月	フィッシュサンド バジルサラダ トマトとじゃがいものスープ	○	メルルーサ,牛乳,鶏肉,いんげんまめ	丸パン,油,小麦粉,パン粉,オリーブ油 砂糖,じゃがいも,押麦	にんじん,かぶ,れんこん,きゅうり 小松菜,玉ねぎ,にんにく,しょうが 大根,トマト,トマトピューレ アスパラ	606 kcal 28.4 g 2.6 g
25	火	**★6－2考案献立★** 麻婆豆腐丼 ひじきとツナのサラダ フルーツポンチ	○	豚挽肉,豆腐,牛乳,大豆,干ひじき ツナ,寒天缶	精白米,油,砂糖,でんぷん,ごま油 いりごま	にんにく,しょうが,にんじん たけのこ,干ししいたけ,長ねぎ にら,キャベツ,きゅうり ホールコーン,みかん缶,パイン缶 黄桃缶,ねり梅	701 kcal 26.0 g 2.4 g
26	水	きつねうどん 糸寒天のごま酢あえ よもぎ団子	○	油揚げ,牛乳,糸寒天,きな粉	冷凍うどん,砂糖,いりごま,油,白玉粉 上新粉	にんじん,干ししいたけ,玉ねぎ 長ねぎ,小松菜,ホールコーン きゅうり,よもぎ	673 kcal 22.1 g 5.1 g
27	木	ごはん さばのにんにくみそ焼き きゅうりと大根のゆかりあえ 豆乳仕立てのみそ汁	○	牛乳,さば,油揚げ,豆乳	精白米,砂糖,さつまいも	しょうが,にんにく,長ねぎ,きゅうり かぼちゃ,大根,かぶ,にんじん はくさい	590 kcal 26.0 g 2.7 g
28	金	**★6－1考案献立★** ししゅうしい にんじんしりしり 春雨スープ　　清見オレンジ	○	豚肉,細切りこんぶ,牛乳,ベーコン ツナ,豆腐	精白米,油,いりごま,ごま油,はるさめ	にんじん,干ししいたけ,たけのこ はくさい,しょうが,長ねぎ,にら 清見オレンジ	615 kcal 21.6 g 2.7 g

※食材料の入荷状況により、献立を変更する場合があります。

＊＊＊給食の配膳時の対応変更について＊＊＊

本校で感染症対策としておこなっていた給食時の対応について、北区の方針に基づき、今年度より以下のとおり変更させていただきます。

〈変更前〉		〈変更後〉
● 給食当番は使い捨て手袋を着用して配膳する。	→	給食当番は手洗いを徹底した上でトング等で配膳する。
● パンはビニール袋で個包装したものを配り、袋を持って食べる。	→	パンはパン皿に配り、手洗いしたきれいな素手で持って食べる。