

4月 学校給食よていこんだて表

※材料の都合などにより、献立の内容がかわることがありますのでご了承ください。

学校給食で使用するお米の産地について、令和4年度11月より地産地消を進めるため、千葉県産のお米を使用しておりますが、現在も福島県の3つのまちと交流をはかっており、お互いのまちのつながりを深めます。東日本大震災にちなんだ3月と、市川の梨が最盛期になり食材で交流できる4月につきましては、会津産のお米を学校給食で使用します。ご理解・ご協力くださいますよう、よろしくお願ひします。

日 (曜)	牛 乳	主食 ごはん パン・めん	おかず・デザートなど	こんだてについて ※カッコ内は、教科等と関連のあるところです。	食品名						栄養価 (えいようかい) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 食物相当量 g	月平均栄養価 (えいようかい) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 食物相当量 g
					おもにエネルギーのもとになる食品 (き)	おもに体をつくるものとなる食品 (あか)	おもに体の調子を整えるものとなる食品(みどり)	たんすいかぶつ が多い	しほうが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロチンが多い
10 (木)	■	ターメリックライス&チリコンカン	コーンサラダ りんごゼリー	4月の給食最初の日は、カルシウムたっぷりの大豆が入った「チリコンカン」です！	こめ こめこさとう クールゼリーのもと	なたねあぶら	だいす ぶたとり	ぎゅうにゅう	にんじん トマトペースト	たまねぎ しょうが ににく／グリンピース きゅうり キャベツ／コーン りんごジュース	608 23.8 19.4 1.6	603 24.6 20.2 2.2
11 (金)	■	ごはん	さわらのごまだれやき トマトにくじやが アセロラのひとくちゼリー	さわらは、漢字で魚へんに「春」と書きます。春を代表するおいしい魚です。	こめ さとう じやがいも しらたき	ごま なたねあぶら	さわら ぶた なまあげ さばぶし	ぎゅうにゅう	トマトにんじん さやいんげん	たまねぎ	588 25.1 16.4 1.7	
14 (月)	■	カレーライス	ほうれんそうとコーンのソテー ぶどうゼリー	1年生給食開始！！ 最初の給食は、人気のカレーライスです！	こめ こむぎこ じやがいも さとう クールゼリーのもと	バター なたねあぶら	とり ぶた しろいんげんまめ ペーコン	ぎゅうにゅう エダムチーズ ヨーグルト	にんじん トマトペースト ほうれんそう	たまねぎ ににく しょうが／りんご もやし／コーン ぶどうジュース	585 16.9 14.9 1.3	
15 (火)	■	ぶたどん	くきわかめのごしきあえ ぐだくさんみそしる オレンジ	くきわかめは、その名のとおりわかめの「くき」の部分です。コリコリした食感がおいしいですよ！	こめ しらたき さとう じやがいも	なたねあぶら ごまあぶら	ぶた あぶらあげ とうふ、みそ さばぶし	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん こまつな	たまねぎ ながねぎ きゅうり／もやし だいこん／ごぼう ネープル	574 22.1 17.8 2.4	
16 (水)	■	クロックムッシュ	ポークピーンズ チョコレートプリン	クロックムッシュは、フランス生まれのサンドイッチです。ハムとチーズをパンにはさみ、アルミホイルで包んで焼きます。	しょくパン じやがいも さとう チョコレート	なたねあぶら	ハム だいす ぶた ペーコン	チーズ ぎゅうにゅう なまクリーム アガード	にんじんトマト いんげん	ににく たまねぎ	646 27.8 25.9 3.1	
17 (木)	■	ごはん	きりばしдаいこんのはるまき ほうれんそうちゅうやかあえ かじょうどうふ	ほうれん草は、江戸時代にシルクロードから中国をへて日本に伝わった野菜です。ビタミンや鉄分がとても多い、野菜の優等生です！	こめ さとう でんぶん はるまきのかわ こむぎこ	ごまあぶら なたねあぶら ごま	ぶた みそ なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	きりばしdaいこん たまねぎ ににく もやし／しょうが ながねぎ たけのこ しいたけ	638 25.9 24.4 1.8	
18 (金)	■	せきはん	とりのからあげ ごぼうサラダ おいわいすまじる こうはくフルーツポンチ	入学お祝いこん立て 1年生の入学をお祝いして、赤飯を炊きます！紅白ゼリーのデザートもお祝いムードたっぷりです。	こめ もちごめ こめこさとう	ごま なたねあぶら	あずき とり 鶏 みそなると さばぶし	ぎゅうにゅう こぶ／かんてん アガード	にんじん こまつな	しょが／ににく／ごぼう もやし／きゅうり／たまねぎ コーン／ながねぎ／だいこん みかん／ハイジン	593 25.6 22.8 2.1	
21 (月)	■	ゆかりごはん	おからコロッケ ごまあえ だいこんのみそしる	おからコロッケは、豆腐をつくるときにできる「おから」を活用したエコメニューです。（3年生総合的な学習など）	こめ むぎ じやがいも こむぎこ パンこ さとう	なたねあぶら ごま	ぶた おから あぶらあげ みそ さばぶし	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん	ゆかり たまねぎ もやし だいこん ながねぎ	594 21.8 20.7 2.5	
22 (火)	■	ごはん	あじのたつたあげ かぶのサラダ さといものみそしる りんごのひとくちゼリー	かぶは春が旬の野菜です。旬とは、その食べ物がいちばんおいしくなる季節のことをいいます。	こめ こめこ さとう こんにゃく さといも	なたねあぶら	あじ 鶏 ぶた とうふ、 あぶらあげ みそ さばぶし	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	しょが／かぶ キャベツ きゅうり／レモン ごぼう／だいこん ながねぎ	581 27.9 18.1 1.8	
23 (水)	■	よくばりあげパン	こめこのコーンシチュー やきにく／サラダ オレンジゼリー	新井小学校名物の「よくばり揚げパン」！ココアときな粉、2つの味が同時に楽しめるよくばりなメニューです。	コッペパン さとう じやがいも こめこ クールゼリーのもと	なたねあぶら バター	きなことり しろはなまめ とうにゅう ぶた	ぎゅうにゅう チーズ	パセリ にんじん	たまねぎ セロリー／コーン ににく／しょうが キャベツ／きゅうり オレンジジュース	635 23.8 22.6 2.1	
24 (木)	■	じゃこガーリックライス	レバーとボテトのかわりあげ キャベツのこめこポタージュ りんご	レバーとボテトの変わり揚げは、レバーが苦手な人でも食べやすいです！	こめ じやがいも こめこさとう	バター なたねあぶら ごま オリーブオイル	べーコン ぶたレバー みそ	ちりめん ぎゅうにゅう	パセリ ほうれんそう	ににく しょうが／キャベツ たまねぎ／りんご	679 25.2 26.1 2.9	
25 (金)	■	みそラーメン	だいがくいも ちゅうかきゅうり	大学芋は、東京大学の前で売られていて、学生たちに人気があったことから「大学芋」と名づけられたそうです。	ラーメン さつまいも さとう	なたねあぶら ごまあぶら ごま	ぶた みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	ながねぎ もやし しなく／コーン しょうが／ににく きゅうり	563 22.4 16.6 2.7	
28 (月)	■	ごはん	さばのみそにいそあえ じやがいもだんごじる オレンジ	さばは、いろいろな料理に使われるお魚です。今日はみそ煮にしました。人気メニューのひとつです。	こめ さとう しらたまこ こめこ でんぶん じやがいも	ごまあぶら	さば みそとり あぶらあげ さばぶし	ぎゅうにゅう こんぶのり	ほうれんそう にんじん こまつな	しょが／ながねぎ オレンジジュース うめ／ぼし／もやし えのきだけ／ごぼう だいこん／ネープル	597 24.1 17.0 2.2	
30 (水)	■	たけのこ ごはん	いわしのさんがやき はるのキャベツのおかかあえ かきたまじる いちごゼリー	たけのこがおいしい時期になりました！生のたけのこを給食室で煮て、たけのこご飯を作る予定です。	こめ さとう こめこ でんぶん	ごま	さばぶしとり あぶらあげ さばぶし たまごとうふ	ぎゅうにゅう のり／こんぶ	にんじん こまつな	たけのこ ながねぎ しょが／キャベツ えのきだけ	563 31.4 19.5 2.6	

にゅうがくおめでとう！

春の日差しの中、新しい学年がスタートしました！
今年も「真・善・美」をしっかりと新井小学校の子どもたちが、毎日を楽しく、元気に健康に過ごせることを祈っています。

1年間、どうぞよろしくお願いします！

☆新井小学校「給食ブログ」のご紹介☆

新井小学校公式ホームページ内に、「新井オン給食ブログ」として、毎日の給食献立とおたよりを掲載しています。お子さんが毎日食べている給食のようすがわかります。ぜひご覧ください！



新井小学校の給食室スタッフ

栄養教諭は、古賀 裕喜子です（新井小学校7年目）
調理業務は、昨年度に引き続き「株式会社 東京天童」の皆さんが担当してくださいます。子どもが大好きで、明るく元気な調理員さんたちです。
子どもたちのために、よりおいしく、安全な給食が提供できるよう心をひとつにして、みんなでがんばります！よろしくお願いいたします。

