

4月 学校給食よていこんだて表

※材料の都合などにより、献立の内容が変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るため、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9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、よろしく願います。

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) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 食塩相当量 g	月平均栄養価 (えいようか) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 食塩相当量 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とになる食品 (あか)		おもに体の調子を整えるもとに なる食品(みどり)			
					たんずいかぶつ が多い	しぼうが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロチンが多い	その他のビタミン 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	だいず 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 にんにく 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 トマトにくじゃが 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 じゃがいも 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 じゃがいも 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 ベーコン	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 にんにく 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 じゃがいも	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 ネーブル	574 22.1 17.8 2.4	
16 (水)		クロックムッシュ	ポークビーンズ 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。	しよくパン じゃがいも さとう チョコレート	なたねあぶら	ハム だいず ぶた ベーコン	チーズ ぎゅうにゅう なまクリーム アガー	にんじん トマト いんげん	にんにく たまねぎ	646 27.8 25.9 3.1	
17 (木)		ごはん	きりぼしだいこんのはるまき ほうれんそうちゅうかあえ 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	きりぼしだいこん たまねぎ にんにく 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 おいわいすましじる 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で、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 もちこめ こめこ さとう	ごま なたねあぶら エッグケアマヨネーズ	あずき とり 鶏 みそ なたね さばぶし	ぎゅうにゅう こんぶ かんてん アガー	にんじん こまつな	しょうが にんにく 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 クランベリージュース みかん バイン	593 25.6 22.8 2.1	
21 (月)		ゆかりごはん	おからクロッケ ごまあえ だいこんのみそしる	おからクロッケは、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 じゃがいも 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 こんにやく 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	しょうが 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。	コッパン さとう じゃがいも 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 にんにく 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	レバーとポテトのかわりあげ キャベツのこめこポタージュ りんご	レバーとポ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 じゃがいも こめこ さとう	バター なたねあぶら ごま オリーブオイル	ベーコン 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	にんにく 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 しななく コーン しょうが にんにく 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 じゃがいもだんごじる 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 じゃがいも	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	しょうが ながねぎ オレンジジュース うめぼし もやし えのきたけ ごぼう だいこん ネーブル	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 いわし ぶた みそ かつおぶし 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 しょうが キャベツ えのきたけ	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」をしっかりつかむ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「給食フログ」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 東京天竜」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！！ よろしくお願いいいたします。

