

令和6年度 4月 給食献立表

港区立港南小学校

今月の給食目標: 協力して準備や片づけをきちんとしよう

日	曜日	こんだてめい			牛乳	あかのなかま 〔体を作るものになる〕	きいろのなかま 〔主にエネルギーになる〕	みどりのなかま 〔体の調子を整えるもの〕	エネルギー たんぱく質	ひとこと
		主食	主菜	副菜 おかず・汁・くだもの・デザート						
10	水	★給食初め★		季節の献立	牛乳,鶏肉,生揚げ,みそ	精白米,油,上白糖,でん粉	しょうが,長ねぎ,たけのこ,人参,キャベツ,小松菜,玉ねぎ	574kcal 24.2g	進級おめでとうございませう。今年も感謝の気持ちを持って、食事のあいさつをしつかりしましよ	
		やきとり丼	おひたし	新玉ねぎのみそ汁						
11	木	チリピーズライス	ヴィネグレットサラダ	旬の食材	牛乳,豚肉,ひよこ豆,大豆,レンズ豆	精白米,油,米粉,上白糖	玉ねぎ,にんにく,しょうが,人参,セロリ,キャベツ,きゅうり,とうもろこし,オレンジ	663kcal 24.1g	ヴィネグレットとは、酢を使ったドレッシングのことです。	
12	金	季節の献立		季節の献立	牛乳,豚肉,油揚げ,さば,豆腐,みそ	精白米,油,こんにゃく,上白糖,てん粉,じゃが芋	しょうが,ごぼう,人参,にんにく,大根,小松菜,長ねぎ	624kcal 29.6g	魚にはほねがあります。よくかんで食べま	
15	月	★1年生完全給食初め★			牛乳,豚肉,わかめ,寒天	精白米,油,じゃが芋,米粉,上白糖,ごま油	しょうが,にんにく,セロリ,玉ねぎ,人参,きゅうり,キャベツ,マスカットジュース	639kcal 19.9g	今日から1年生も2〜6年生と同じ給食を食べま	
		カレーライス	わかめサラダ	マスカットゼリー						
16	火	ミルクパン	クリームシチュー	季節の献立	牛乳,鶏肉,生クリーム,チーズ,ツナ	ミルクパン,じゃが芋,油,米粉,オリーブ油,上白糖	玉ねぎ,人参,マッシュルーム,きゅうり,キャベツ,とうもろこし,アスパラガス,にんにく	578kcal 24.0g	パンは一口ずつちぎって、よく噛んで食べま	
17	水	わかめごはん	にくじゃが	季節の献立	牛乳,わかめごはんの素,豚肉,生揚げ,油揚げ,みそ	精白米,じゃが芋,こんにゃく,上白糖	玉ねぎ,人参,干しいたけ,グリーンピース,大根,長ねぎ,えのき,小松菜	587kcal 20.7g	ごはんや汁物の入ったおわんは手に持ちま	
18	木	スパゲティミートソース	チキンサラダ	産物	牛乳,豚肉,鶏肉	スパゲティ,オリーブ油,油,ごま油,はちみつ	にんにく,しょうが,玉ねぎ,人参,マッシュルーム,キャベツ,きゅうり,りんご	570kcal 26.6g	スパゲティはすすらないように食べま	
19	金	国際食(中国)	チャーハン	ワンタンスープ	ぶどうゼリー	牛乳,豚肉,焼豚,鶏卵,寒天	しょうが,にんにく,人参,干しいたけ,たけのこ,長ねぎ,小松菜,もやし,えのき,ぶどうジュース	571kcal 20.2g	白衣、ぼうし、マスクをきちんと身につけま	
22	月	ホットドッグ	春キャベツのスープ	季節の献立	フライドポテト	牛乳,ソーセージ,豚肉,大豆,青のり	人参,玉ねぎ,キャベツ,小松菜	649kcal 25.5g	食器はみんなが使うものです。大切に扱いま	
23	火	季節の献立	たけのこごはん	季節の献立	季節の献立	牛乳,鶏肉,油揚げ,さば,わら,糸削り節,生揚げ,みそ	だけのこ,人参,干しいたけ,しょうが,小松菜,もやし,とうもろこし,大根,長ねぎ	545kcal 28.0g	だけのこのようにすくすくと大きくなってくださ	
24	水	季節の献立	チキンと豆乳のクリームライス	季節の献立	季節の献立	牛乳,鶏肉,いんげん豆,豆腐,寒天	人参,玉ねぎ,マッシュルーム,小松菜,キャベツ,きゅうり,とうもろこし,りんごジュース,りんご缶	641kcal 21.1g	チキンと豆乳のクリームライスはキャロットライスに豆乳を使ったクリームソースをかけて食べま	
25	木	季節の献立	山菜うどん	季節の献立	季節の献立	牛乳,鶏肉,油揚げ,ちくわ,青のり	わらび,ふき,たけのこ,人参,干しいたけ,小松菜,とうもろこし,キャベツ,にんにく	609kcal 25.9g	背筋をびんと伸ばし、よい姿勢で食べま	
26	金	★開校記念日おめでとう給食★			牛乳,鶏肉,きな粉,豆乳	精白米,油,米粉,マカロニ,米粉,三温糖	トマトジュース,人参,玉ねぎ,マッシュルーム,グリーンピース,セロリ,キャベツ,パナナ	593kcal 20.3g	4月27日は港南小の開校記念日です。ケーキでお祝いしましよ	
30	火	そぼろごはん	ししゃものカレー揚げ	季節の献立	牛乳,鶏肉,鶏卵,ししゃも,生揚げ	精白米,三温糖,油,薄力粉,じゃが芋,てん粉	しょうが,人参,大根,長ねぎ,小松菜	670kcal 28.7g	ししゃもは頭からしっぽまで丸ごと食べられるお魚です。	

\*食材発注の都合で一部献立を変更することがありますので、ご了承願います。