



4月 献立表



令和7年度

渋谷区立富谷小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間	黄の仲間	緑の仲間	I類*
				血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える	たんぱく質
8火	★進級お祝い献立 桜ごはん	○	鶏肉の七味焼き 味噌汁 もやしの梅肉和え 冷凍りんご	鶏肉 油揚げ わかめ 牛乳	米 もち米 ごま油 ごま じゃがいも	もやし キャベツ きゅうり ねり梅 りんご さくら	690 31.6
9水	二色サンド	○	クリームシチュー わかめサラダ デコボン	チーズ 鶏肉 わかめ 牛乳 生クリーム	食パン 黒砂糖パン バター 小麦粉 油 じゃがいも 砂糖	いちごジャム にんにく 人参 玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり デコボン	670 22.3
10木	ごはん	○	豆腐とえびのチリソース パリパリサラダ マンゴーゼリー	鶏肉 豆腐 えび 牛乳	米 油 砂糖 しゅうまいの皮 でん粉 ごま油	生姜 にんにく 干し椎茸 人参 だけのこ 玉ねぎ 白菜 グリンピース キャベツ さやいんげん マンゴー	702 29.2
11金	たけのこごはん	○	鯖の西京焼き 茎わかめのサラダ むらくも汁	油揚げ 鶏肉 鯖 茎わかめ 豆腐 卵 牛乳	米 砂糖 でん粉 油	たけのこ さやえんどう 人参 生姜 キャベツ きゅうり ねぎ 小松菜	639 36.2
14月	★1年生給食開始 チキンカレー	○	和風サラダ フルーツボンチ	鶏肉 牛乳	米 油 じゃがいも バター 小麦粉 砂糖	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 大根 みかん パイン もも	711 18.9
15火	ひじきごはん	○	千草焼き いちご すまし汁	油揚げ 鶏肉 ひじき 鶏肉 卵 牛乳	米 もち米 油 つきごん 砂糖	人参 玉ねぎ 小松菜 ねぎ 切り干し大根 しめじ いちご	614 26.1
16水	ごはん	○	鮭の味噌マヨネーズ焼き 千草焼き 若竹汁	鮭 牛乳 わかめ 豆腐 牛乳	エッグケアマヨネーズ 米 砂糖	玉ねぎ こねぎ もやし 人参 小松菜 キャベツ たけのこ ねぎ	572 26.8
17木	焼きそばパン	○	スパイシーポテト もやしのスープ 清美オレンジ	豚肉 青のり 大豆 鶏肉 牛乳	コッペパン ごま油 蒸し中華麺 油 じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ 生姜 にんにく もやし 青梗菜 ねぎ 清美オレンジ	590 24.6
18金	ごはん	○	鶏肉のタイ風から揚げ 中華サラダ 厚揚げの中華スープ	鶏肉 厚揚げ 牛乳	米 砂糖 でん粉 油 ごま油	にんにく 生姜 キャベツ 人参 もやし きゅうり ねぎ 青梗菜	677 26.6
21月	豚丼	○	即席漬け かきたま汁	豚肉 豆腐 わかめ 卵 牛乳	米 こんにゃく 砂糖 でん粉	玉ねぎ キャベツ きゅうり 生姜 人参 干し椎茸 ねぎ 小松菜	603 26.8
22火	あんかけ焼きそば	○	チーズ入りサモサ パイン	豚肉 いか えび チーズ 牛乳	蒸し中華麺 砂糖 油 ごま油 でん粉 じゃがいも 餃子の皮	生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 白菜 青梗菜 パイン	641 26.6
23水	米粉ミックス粉パン	○	メキシコ風鶏の煮込み キャベツときのこのサラダ モンブランピーチ	鶏肉 ヨーグルト 生クリーム 牛乳	米粉ミックス粉パン 小麦粉 砂糖 油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム ホールコーン キャベツ きゅうり しめじ えのき もも レモン	551 20.4
24木	ごはん	○	じゃがいものそぼろ煮 ツナ和え かつおでんぶ	糸かつお 鶏肉 ツナ わかめ 牛乳	米 砂糖 じゃがいも ごま でん粉 油	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり きゃべつ もやし	588 22.5
25金	ごはん	○	鯖の生姜風味焼き カリカリ油揚げサラダ 根菜ごま汁	鯖 油揚げ 豚肉 牛乳 ちりめんじゃこ	米 砂糖 じゃがいも 油 ごま ごま油	生姜 ねぎ 生姜 キャベツ 人参 きゅうり 大根 ごぼう	621 26.5
28月	ごはん	○	豆腐入りハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 豆腐 牛乳 ハム 油揚げ	米 油 パン粉 砂糖 マカロニ エッグケアマヨネーズ	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コーン 大根 小松菜	695 29.2
30水	けんちんうどん	○	もやしの和え物 白玉ドーナツ	鶏肉 油揚げ 豆腐 牛乳	冷凍うどん 里芋 油 白玉粉 ホットケーキミックス	ごぼう 人参 大根 干し椎茸 ねぎ もやし きゅうり	596 23

*食材料購入の都合により、献立内容が変更されることもありますのでご了承願います。