



令和6年度4月 給食カレンダー



渋谷区立鳩森小学校

日	主食	牛乳	おかず	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
9 火	さくらおこわ ★在校生給食開始 ホークカレーライス	○	しんじゃがいものにつけ ちぐさあえ	鶏肉、油揚げ、牛乳	米、もち米、じゃがいも、油 上白糖、しらたき	にんじん、玉葱、たけのこ さやえんどう、干し椎茸 キャベツ、こまつな	590 kcal 21.0 g
10 水	★新入生給食開始 もちむぎごはん(※1)	○	アスパラサラダ みかん	豚肉、牛乳	米、油、じゃがいも、バター 薄力粉、上白糖	にんにく、しょうが、玉葱 にんじん、りんご、アスパラガス キャベツ、きゅうり とうもろこし、みかん	688 kcal 20.8 g
11 木	ミルクパン こはん	○	いわしのさんがやき いんげん入りごまあえ とりにくとこんさいのみそしる	豚肉、いわし、鶏肉、みそ、牛乳	米、薄力粉、油、上白糖、ごま さといも、もち麦	にんじん、ねぎ、玉葱、しそ葉 しょうが、さやいんげん キャベツ、れんこん、はくさい	618 kcal 27.4 g
12 金	こはん	○	チキングラタン ビーンズスープ	鶏肉、牛乳、生クリーム、チーズ ひよこまめ、いんげんまめ	マカロニ、油、薄力粉、バター パセリ、とうもろこし	玉葱、にんじん、マッシュルーム パセリ、とうもろこし さやいんげん	560 kcal 25.0 g
15 月	こはん	○	さわらのゆうあんやき なのはないりおひたし とんじる	さわら、豚肉、豆腐、みそ、牛乳	米、油、じゃがいも、こんにゃく	ゆず果汁、なばな、こまつな りょくとうもやし、にんじん だいこん、ねぎ、ごぼう	612 kcal 31.8 g
16 火	★1年生を迎える会 ほつかけんまいとごはん	○	サウピカンサラダ マリブルーゼリー	豚肉、大豆、牛乳	スパゲッティ、オリーブ油、油 薄力粉、上白糖、じゃがいも ごま油	にんにく、玉葱、にんじん マッシュルーム、パセリ、キャベツ きゅうり、みかん缶	634 kcal 24.5 g
17 水	こはん	○	かつおとポテのくるしおソース こまつなのとさあえ たまねぎとあぶらあげのみそしる	かつお、油揚げ、みそ、牛乳	米、発芽玄米、かたくり粉 じゃがいも、黒砂糖、上白糖	しょうが、梅ひしお、さやいんげん りょくとうもやし、こまつな にんじん、玉葱、ねぎ	583 kcal 25.6 g
18 木	こはん	○	ぶたにくのアップルソース カラフルサラダ レタススープ	豚肉、ベーコン、牛乳	米、油、上白糖	りんご、玉葱、キャベツ、にんじん ブロッコリー、赤ピーマン 黄ピーマン、レタス、パセリ	594 kcal 22.5 g
19 金	ちゅうかどん	○	あつあげのちゅうかスープ フルーツポンチ	豚肉、いか、生揚げ、牛乳	米、油、かたくり粉、ごま油 上白糖	にんにく、しょうが、干し椎茸 にんじん、はくさい、ねぎ チンゲンサイ、りょくとうもやし こまつな、みかん缶、バナナ もも缶、レモン果汁	629 kcal 23.9 g
22 月	たけのこごはん	○	いりどり とうふとなめこのみそしる	油揚げ、鶏肉、豆腐、みそ、牛乳	米、上白糖、油、こんにゃく	たけのこ、にんじん、れんこん ごぼう、だいこん、干し椎茸 さやえんどう、ねぎ、なめこ	558 kcal 24.6 g
23 火	ぶたどん	○	きりぼしだいこんのあえもの はるキャベツのみそしる	豚肉、油揚げ、みそ、牛乳	米、おおむぎ、ごま油、上白糖	にんにく、しょうが、にんじん ねぎ、りょくとうもやし、玉葱 にら、きゅうり、切干しいんげん キャベツ	583 kcal 24.5 g
24 水	フィッシュバーガー	○	ほうれんそうのかりかりサラダ ミネストローネスープ	さけ、ベーコン、牛乳	薄力粉、パン粉、オリーブ油 上白糖、じゃがいも、油	ほうれんそう、キャベツ にんじん、とうもろこし、玉葱 セロリー、にんにく	618 kcal 29.4 g
25 木	こはん ★3・4年生遠足/試食会	○	ホイコーロー ちゅうかコーンスープ	豚肉、鶏肉、たまご、牛乳	米、油、かたくり粉、ごま油	キャベツ、玉葱、にんじん 青ピーマン、にんにく、しょうが ねぎ、とうもろこしクリーム とうもろこし、チンゲンサイ	608 kcal 25.1 g
26 金	こはん ★5年生遠足	○	はるまき かふうきゅうり とうふとちんげんさいのスープ	豚肉、鶏肉、豆腐、牛乳	米、春巻きの皮、はるさめ、油 かたくり粉、上白糖、ごま油	ねぎ、たけのこ、干し椎茸 もやし、きゅうり、チンゲンサイ	647 kcal 22.7 g
29 月							
30 火	ツナピラフ	○	シャキシャキサラダ はるやさいのクリームシチュー ジョア(プレーン)	まぐろ缶、鶏肉、そらめ、牛乳 生クリーム	米、油、上白糖、じゃがいも 薄力粉	玉葱、にんじん、青ピーマン とうもろこし、きょうな 切干しいんげん、きゅうり にんにく、しょうが、キャベツ	628 kcal 22.6 g

(※1)11日(木)のもちむぎごはんの日に、各教室にテレビの取材が入ります。撮影されたくない方は、11日までに担任にお伝えください。
 ★食材料購入の都合により、献立内容・食材が変更されることもあります。御了承願います。

～御入学・御進級おめでとうございます～

いよいよ新学期が始まります。環境が変わるこの時期は、緊張や不安で疲労がたまりやすくなります。早寝早起きを心掛け、朝御飯をしっかりと食べて登校しましょう。子供たちの健やかな成長を願い、毎日を元気に過ごせるよう、今年度も魅力ある給食を目指して努めてまいります。

御家庭でも、バランスのとれた食生活を心掛け、学校給食と共に明日を担う子供達の心と体の健康づくりに御理解・御協力をよろしくお願いいたします。

給食室から、毎月各家庭に1か月分の献立予定表(給食カレンダー)を配布します。使用する食材や主な栄養価を載せていますので、御家庭での食事作りの参考になさってください。また、毎日の給食時に「今日の給食だより」を各学級に配っています。その日の献立や食品についての話、栄養・健康に関することなどを載せています。子供たちが食に対して興味を深めるきっかけとなればと考えています。

～渋谷区よりお知らせ～

令和6年度 児童の給食費は区が全額補助します。
 (低:351円 中:368円 高:386円)
 前年度よりも13.5%高い金額に変更し全額区が補助します。
 これまで物価高等で使用を控えていた食材の積極的な購入、毎日の給食メニューの拡充や質のグレードアップに取り組みます。
 今年度は、全額補助のため転出などによる追加徴収や返金、学級閉鎖などにおける不食分の返金などは行いません。

～給食がない日があります～

各学年…遠足、生活科見学や社会科見学、ちはと学級連合遠足、ちはと学級連合宿泊(参加する児童)1年…年度当初準備期間(4月9日)4年…自然体験教室、6年…陸上記録会、お別れ遠足

