



令和3年4月 献立表



渋谷区立神宮前小学校

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 (kcal) たんぱく質 (g)	ランチ ルーム 給食
7水	マーボー豆腐丼	○	もやしのナムル くだもの(りんご)	ぶた肉、みそ、とうふ、飲用牛乳	米、米粒麦、油、上白糖、かたくり粉、ごま油、ごま	にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、たけのこ、ねぎ、にら、もやし、ほうれんそう、りんご	633 22.5	/
8木	ごはん	○	ひじきハンバーグ 野菜の生姜醤油 ほうれん草のみそ汁	ぶた肉、ひじき、とうふ、出汁用かつお節、こんぶ、みそ、飲用牛乳	米、米粒麦、油、パン粉、上白糖、かたくり粉、じゃがいも	玉ねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、しょうが、えのきたけ、ほうれんそう、ねぎ	687 27.9	/
9金	ソース焼きそば	○	チンゲン菜のスープ りんごゼリー	ぶた肉、あおのり、ベーコン、とり肉、とうふ、寒天、飲用牛乳	油、蒸し中華めん、ごま油、ごま、上白糖	にんにく、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、もやし、しょうが、干し椎茸、チンゲン菜、りんごジュース、りんご缶	601 23.6	/
12月	カレーライス	○	豆のサラダ くだもの(いちご)	ぶた肉、大豆、ひよこまめ、ベーコン、飲用牛乳	米、米粒麦、油、じゃがいも、バター、薄力粉、上白糖	玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、トマト缶、りんご、キャベツ、きゅうり、いちご	691 21.5	/
13火	ごはん	○	かつおのごまだれ きゅうりの甘酢かけ 沢煮椀	かつお、わかめ、こんぶ、出汁用かつお節、ぶた肉、飲用牛乳	米、米粒麦、薄力粉、かたくり粉、油、上白糖、ごま、さといも	にんにく、しょうが、きゅうり、ごぼう、たけのこ、干し椎茸、えのきたけ、ねぎ	650 30.8	/
14水	ミルクパン	○	ホワイトシチュー にんじんサラダ くだもの(オレンジ)	とり肉、牛乳、生クリーム、ツナ、飲用牛乳	ミルクパン、油、じゃがいも、バター、薄力粉、ごま、三温糖	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、アスパラガス、レモン、らっきょう、オレンジ	639 23.3	/
15木	たけのこごはん	○	新じゃがのそぼろ煮 こまつなのしらす和え	とり肉、油揚げ、ぶた肉、出汁用かつお節、しらす、飲用牛乳	米、上白糖、ごま、油、こんにやく、じゃがいも、三温糖、かたくり粉、ごま油	干し椎茸、たけのこ、しょうが、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、こまつな、もやし	632 24.7	/
16金	ごはん	○	ほうれん草の卵焼き 切干し大根の含め煮 たけのことわかめのみそ汁	ぶた肉、たまご、油揚げ、こんぶ、出汁用かつお節、わかめ、みそ、飲用牛乳	米、米粒麦、油、上白糖	にんじん、玉ねぎ、ほうれんそう、切干しだいこん、さやえんどう、たけのこ、キャベツ、ねぎ	660 28.4	/
19月	ごはん	○	さばのおろし焼き ひじきの五目煮 かぶのみそ汁	さば、ひじき、とり肉、大豆、こんぶ、出汁用かつお節、油揚げ、みそ、飲用牛乳	米、米粒麦、上白糖、油、こんにやく、三温糖	だいこん、にんじん、干し椎茸、さやいんげん、かぶ、ねぎ	673 26.2	/
20火	きなこ揚げパン	○	春野菜ポトフ アスパラサラダ くだもの(りんご)	きな粉、ベーコン、とり肉、大豆、ウィンナー、飲用牛乳	コッペパン、上白糖、油、じゃがいも	にんにく、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、アスパラガス、もやし、りんご	672 24.6	/
21水	パエリア	○	ABCスープ	とり肉、えび、いか、ベーコン、飲用牛乳	米、バター、油、じゃがいも、マカロニ	にんにく、玉ねぎ、マッシュルーム、赤パプリカ、にんじん、ピーマン、えのきたけ、レタス	601 24.0	/
22木	開校記念日 お祝い献立 赤飯	○	鶏のから揚げ おひたし 野菜椀	ささげ、とり肉、こんぶ、出汁用かつお節、飲用牛乳	米、もち米、ごま、ごま油、かたくり粉、薄力粉、油、上白糖	しょうが、にんじん、こまつな、もやし、干し椎茸、たけのこ、だいこん、ねぎ	656 26.6	/
23金	誕生日給食 ホイコーロー丼	○	もずくスープ お楽しみデザート	ぶた肉、みそ、もずく、生揚げ、飲用牛乳	米、米粒麦、上白糖、かたくり粉、ごま油、さつまいも、油、水あめ、ごま	にんにく、しょうが、キャベツ、干し椎茸、にんじん、ピーマン、ねぎ、玉ねぎ、あさつき	698 22.9	/
27火	ごはん	○	ぶりの照り焼き 油揚げのかりかりサラダ きぬさやとじゃがいものみそ汁	ぶり、油揚げ、こんぶ、出汁用かつお節、みそ、飲用牛乳	米、米粒麦、上白糖、かたくり粉、油、じゃがいも	しょうが、キャベツ、にんじん、もやし、こまつな、玉ねぎ、えのきたけ、さやえんどう	670 28.6	/
28水	入学・進級 お祝い献立 さけ五目ずし	○	吉野汁 紅白ポンチ	こんぶ、油揚げ、甘塩さけ、焼きのり、出汁用かつお節、とり肉、とうふ、飲用牛乳	米、上白糖、ごま、かたくり粉、白玉粉	にんじん、れんこん、かんぴょう、さやえんどう、はくさい、干し椎茸、ねぎ、こまつな、いちご、みかん缶、パイナップル缶、もも缶	651 25.6	/
30金	ごはん	○	わかめふりかけ 肉豆腐 うどのみそ和え	かつお節、あおのり、ぶた肉、出汁用かつお節、とうふ、みそ、飲用牛乳	米、米粒麦、ごま、油、こんにやく、三温糖、上白糖、ごま油	にんじん、玉ねぎ、しめじ、チンゲン菜、もやし、うど、きゅうり	660 25.9	/
材料購入その他の理由で、一部変更する場合があります。ご承知おきください。							655	/
6日 始業式・入学式 7日 給食始め 9日 1年生給食始め 27日 5年 遠足のため給食なし							神宮前小学校	25.4
							基準量(中学年)	650 21.1 ~32.5



28日 誕生日給食...今年度も誕生日給食には、お楽しみデザートがつかます。どんなデザートかは、当日までのお楽しみです。また、誕生月の子供たちには、給食室特製の「とうふドーナツ」をプレゼントとして作ります。

※コロナウイルス感染症対策のため、昨年度、手でつかむパンの個包装と果物の回数の調整をしておりましたが、手洗い場が自動水栓になり、感染対策が徹底されたため、通常通りの配膳に対応いたします。今後も、手洗いや消毒の徹底を行い、安全な給食提供に努めてまいります。