



4月の給食予定献立表



令和6年度

日 曜	献立名	牛乳	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	普通食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	後期食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	初期・中期食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
12 金	チキンカレーライス	○	鶏肉	精白米,米粒麦,米ぬか油,じゃがいも,薄力粉	にんにく,しょうが,玉ねぎ,にんじん	657 kcal	612 kcal	548 kcal
	ツナと野菜のサラダ		ツナ	米ぬか油,白いりごま	大根,きゅうり,とうもろこし	24.7 g	25.8 g	23.9 g
	ウインナーと野菜のスープ		ウインナー		玉ねぎ,にんじん,こまつな	19.3 g	17.0 g	15.6 g
	りんごゼリー		寒天	上白糖	りんご果汁	3.2 g	3.5 g	2.8 g
15 月	麦ご飯	○		精白米,米粒麦		592 kcal	525 kcal	457 kcal
	麻婆豆腐		豚肉,赤みそ,木綿豆腐	米ぬか油,三温糖,片栗粉,ごま油	にんにく,しょうが,玉ねぎ,ねぎ,にんじん,たけのこ,しいたけ,にら	27.9 g	26.3 g	25.6 g
	野菜の中華和え			ごま油,三温糖,白いりごま	もやし,にんじん,こまつな,にんにく	21.2 g	17.8 g	13.7 g
	中華スープ		鶏肉	ごま油	しょうが,大根,チンゲン菜	2.8 g	2.8 g	2.3 g
16 火	麦ご飯 さわらの照り焼き	○	さわら	精白米,米粒麦,片栗粉	しょうが	579 kcal	521 kcal	464 kcal
	野菜のおかか和え		かつお節	白いりごま	切干大根,もやし,にんじん,こまつな	29.7 g	25.7 g	21.1 g
	豆腐のみそ汁		油揚げ,木綿豆腐,生わかめ,白みそ,赤みそ		玉ねぎ	18.0 g	14.6 g	12.9 g
	果物(清見オレンジ)[果物(みかん)]				清見オレンジ	2.4 g	2.4 g	2.0 g
17 水	チーズパン	○		チーズパン		650 kcal	690 kcal	631 kcal
	ポークビーンズ		豚肉,大豆	米ぬか油,じゃがいも,三温糖,薄力粉	玉ねぎ,にんじん,セロリー,しめじ,グリーンピース	30.9 g	32.6 g	29.6 g
	野菜としらすのサラダ		しらす	三温糖,米ぬか油,白いりごま	にんじん,大根,とうもろこし	25.7 g	27.7 g	24.8 g
	パイゼリー		寒天	上白糖	パイ濃縮還元ジュース	2.6 g	2.7 g	2.4 g
18 木	麦ご飯	○		精白米,米粒麦		641 kcal	554 kcal	476 kcal
	五目卵焼き		鶏肉,ひじき,鶏卵	米ぬか油,三温糖,片栗粉	にんじん	29.8 g	28.4 g	23.0 g
	野菜のごま和え			三温糖,白すりごま	もやし,にんじん,こまつな	23.1 g	18.9 g	15.9 g
	豚汁		豚肉,生揚げ,白みそ,赤みそ	ごま油,じゃがいも	ごぼう,大根,にんじん,ねぎ	2.4 g	2.5 g	2.3 g
19 金	ミートソーススパゲティ	○	豚肉,大豆	スパゲティ,オリーブ油,三温糖,薄力粉	しょうが,にんにく,玉ねぎ,セロリー,マトモ缶,グリーンピース	681 kcal	608 kcal	494 kcal
	コールスローサラダ			米ぬか油,三温糖	キャベツ,にんじん,アスパラガス,玉ねぎ	27.2 g	27.1 g	24.0 g
	コーンチャウダー		ベーコン,牛乳	米ぬか油,じゃがいも,薄力粉	セロリー,玉ねぎ,にんじん,とうもろこし,とうもろこし,パセリ	25.5 g	21.5 g	16.4 g
						2.8 g	2.6 g	3.4 g
22 月	麦ご飯	○		精白米,米粒麦		587 kcal	531 kcal	449 kcal
	豆腐の中華煮		豚肉,木綿豆腐	米ぬか油,三温糖,片栗粉,ごま油	にんにく,しょうが,にんじん,玉ねぎ,たけのこ,エリンギ,さやえんどう	29.4 g	25.1 g	23.6 g
	わかめのごま酢和え		生わかめ	ごま油,三温糖,白いりごま	切干大根,もやし,きゅうり	18.2 g	17.9 g	13.3 g
	中華風みそ汁		豚肉,赤みそ	米ぬか油	しょうが,にんにく,にんじん,玉ねぎ,キャベツ	2.5 g	2.9 g	2.2 g
23 火	麦ご飯	○		精白米,米粒麦		616 kcal	522 kcal	439 kcal
	さばのねぎみそ焼き		さば,白みそ		ねぎ	27.2 g	24.0 g	19.8 g
	じゃがいものきんぴら			じゃがいも,米油,ごま油,三温糖,白いりごま	にんじん,ごぼう,さやいんげん	21.4 g	14.9 g	12.9 g
	すまし汁		油揚げ		大根,こまつな	2.4 g	2.4 g	2.0 g
24 水	黒砂糖パン	○		黒砂糖パン		645 kcal	702 kcal	650 kcal
	クリームシチュー		ベーコン,鶏肉,牛乳,生クリーム	米ぬか油,じゃがいも,バター,薄力粉	にんにく,玉ねぎ,にんじん,アスパラガス,しめじ,こまつな	27.2 g	31.6 g	30.8 g
	青大豆とひじきのサラダ		青大豆,ひじき	三温糖,米ぬか油	キャベツ,大根,赤パプリカ	25.3 g	28.7 g	25.9 g
	フルーツポンチ			上白糖	みかん缶,りんご缶,パイナップル缶,レモン	2.6 g	2.9 g	2.3 g
25 木	麦ご飯	○		精白米,米粒麦		635 kcal	527 kcal	440 kcal
	さけのあずま煮		銀鮭,鶏肉	片栗粉,米油,三温糖,白いりごま	しょうが	26.8 g	24.1 g	19.9 g
	野菜の甘酢和え			三温糖	大根,にんじん,きゅうり	21.8 g	15.5 g	13.5 g
	じゃがいものみそ汁		油揚げ,赤みそ,白みそ	じゃがいも	玉ねぎ,こまつな	2.4 g	2.6 g	2.0 g
26 金	ハヤシライス	○	豚肉	精白米,米粒麦,米ぬか油,薄力粉	にんにく,セロリー,玉ねぎ,にんじん,マッシュルーム,グリーンピース	660 kcal	605 kcal	540 kcal
	ごまドレッシングサラダ		生わかめ	三温糖,ごま油,白練りごま,白すりごま	大根,きゅうり,とうもろこし	25.7 g	24.8 g	24.0 g
	ジュリエンスープ		ベーコン		玉ねぎ,にんじん,さやえんどう	21.6 g	19.5 g	14.9 g
	果物(清見オレンジ)[果物(みかん)]				清見オレンジ	2.8 g	3.0 g	2.3 g

日 曜	献立名	牛乳	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	普通食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	後期食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	初期・中期食 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
30 火	ジャージャー麺	○	豚肉,赤みそ	蒸し中華めん,ごま油,米ぬか油, 三温糖,片栗粉	にんにく,しょうが,ねぎ,玉ねぎ,た けのこ,しいたけ,もやし,きゅうり	684 kcal	593 kcal	501 kcal
	中華風卵スープ		鶏肉,鶏卵	片栗粉,ごま油	玉ねぎ,にんじん,チンゲン菜	23.3 g	29.2 g	27.3 g
	カルピスヨーグルト		ヨーグルト,乳酸菌飲料		みかん缶,りんご缶	22.5 g	19.7 g	15.4 g
						3.1 g	3.3 g	3.5 g

※記載されている栄養価は、A部門中学部・A部門高等部・B部門小学部高学年の摂取量です。A部門小学部低学年は0.7倍、
A部門小学部高学年・B部門小学部低学年は0.8倍、B部門中学部・B部門高等部は1.2倍が目安です。
※食材の納入等の都合により、食材や献立を変更することがあります。

<形態食について>

- ・ご飯 ⇒ 後期食：軟飯、初期食・中期食：お粥
- ・麺類 ⇒ 後期食：軟麺、初期食・中期食：麺粥（冷麦等を使用）
- ・パン ⇒ 後期食：軟パン、初期食・中期食：パン粥
- ・調理方法 ⇒ それぞれの形態に合った調理方法を選択し、調理します。（例）焼く→蒸す 等
- ・上記以外に、普通食と形態食で料理名が異なる場合は、[]内に形態食の料理名を記載しています。
- ・普通食で使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用したり、使用を控えたりすることがあります。（例）もやし→かぶ・大根、小松菜→ほうれん草 等
- ・普通食で使用しない食材を形態食で使用することがあります。（例）くず粉、介護食用寒天 等

御入学・御進級誠におめでとうございます。令和6年度も適切な衛生管理のもと、栄養バランスの整った安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、努めてまいります。一年間よろしくお願いたします。

<本校の学校給食について>

給食調理業務は民間委託されています。

令和6年4月1日から令和9年3月31日まで、「日本国民食株式会社」が給食調理業務を行います。

給食調理業務以外の業務（献立作成、栄養価計算、食材発注等）については、東京都職員である栄養士が行います。



本校の学校給食の詳細（学校給食指導目標、学校給食栄養摂取標準、形態別調理等）については、配布資料「給食のしおり【保護者用】」を御覧ください。

また、府中けやきの森学園学校ホームページに、「給食予定献立表」及び「給食一口メモ」のデータを掲載いたします。必要に応じて御活用いただけますと幸いです。

「学校給食」は **生きた教材** です！



学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせること等を目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、以下の7つの目標を達成することを目指しています。

● 学校給食の目標（「学校給食法」第2条より）

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 2 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 3 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 4 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 5 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 6 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



● 給食には、たくさんの学びが詰まっています……

