



令和7年度4月 献立表



さぎそう学舎 世田谷区立八幡小学校

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	I群 - たんぱく質 脂質 食塩相当量
7	月				始業式・入学式		
8	火				給食なし		
9	水				給食なし		
10	木	キャロットライス	○		七分つき米,バター	にんじん,(冷)グリンピース	650 kcal
		米粉のコーンボタージュ		鶏肉,調理用牛乳	油,米粉,バター	クリームコーン(レトルト),ほうれんそう	27.0 g
		豆腐入りハンバーグ		豆腐,豚肉,粉チーズ	油	しょうが,たまねぎ,マッシュルーム(缶)	27.9 g
							2.6 g
11	金	コーンピラフ	○	鶏肉	七分つき米,油,バター	にんじん,たまねぎ,ホールコーン(レトルト),マッシュルーム(缶),ビーマン	601 kcal
		ミネストローネ		大豆,ベーコン,豚肉	油,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,セロリー,かぶ,ホールトマト(缶),かぶ(葉)	23.6 g
		みかんゼリー		粉寒天,粉ゼラチン	さとう	みかんジュース,みかん(缶)	19.5 g
							2.5 g
14	月	赤飯	○	ささげ	もち米,米,ごま		591 kcal
		若竹汁		鶏肉,豆腐,わかめ		にんじん,たけのこ(水煮),ねぎ	27.3 g
		鶏の西京焼き		鶏肉	油	しょうが	22.8 g
		和風サラダ(大根)			油,ごま	キャベツ,きゅうり,だいこん,にんじん	3.7 g
15	火	ソース焼きそば	○	豚肉	むし中華麺,油	たまねぎ,にんじん,キャベツ,もやし,にら	613 kcal
		野菜のごま風味			ごま油	キャベツ,きゅうり,にんじん	23.1 g
		米粉の蒸しパン		きな粉,調理用牛乳	米粉,バター,さとう		20.5 g
							2.6 g
16	水	鶏ごぼうごはん	○	鶏肉	七分つき米,油,三温糖	ごぼう,にんじん	610 kcal
		豆腐汁		豚肉,豆腐		にんじん,白菜,ねぎ	23.4 g
		さつまいのレモン煮			さつまいも,さとう,バター	レーズン,レモン	17.6 g
							2.4 g
17	木	ごはん	○		米		621 kcal
		豚汁		豚肉,豆腐	油,さといも	にんじん,ごぼう,だいこん,こんにゃく,ねぎ	29.5 g
		白身魚の香味揚げ		メルルーサ,	三温糖,ごま油,小麦粉,でん粉,揚げ油	しょうが,ねぎ,にんにく	23.5 g
		おひたし				白菜,ごまつな,にんじん	2.6 g
18	金	二色サンド(イチゴ・マーマレード)	○		食パン,マーマレード,黒砂糖食パン,いちごジャム		587 kcal
		ポトフ		豚肉,ウィンナー	じゃがいも	セロリー,にんじん,たまねぎ,キャベツ,パセリ	22.9 g
		フレンチサラダ			油,三温糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ	20.9 g
							2.1 g
21	月	カレーライス	○	ベーコン,豚肉	七分つき米,油,じゃがいも,バター,小麦粉,はちみつ	にんにく,たまねぎ,セロリー,にんじん	651 kcal
		キャベツサラダ			油,三温糖	キャベツ,にんじん,たまねぎ	19.0 g
		ネーブルオレンジ				ネーブル	23.1 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 熟や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	Ivat - たんぱく質 脂質 食塩相当量
22	火	たけのこごはん	○	鶏肉,油揚げ	七分つき米,米ぬか,三温糖	新だけのこ	593 kcal
		吉野汁		鶏肉,油揚げ,豆腐	でん粉	にんじん,だいこん,ねぎ,こまつな	32.6 g
		ししゃもの磯辺揚げ		ししゃも,あおのり	小麦粉,揚げ油		21.4 g
		野菜のからし醤油あえ				もやし,こまつな,にんじん	3.2 g
23	水	ミートライス	○	豚肉,おから	七分つき米,油,でん粉	たまねぎ,セロリー,にんじん,ピーマン,マッシュルーム(缶)	650 kcal
		コンソメスープ		鶏肉		たまねぎ,にんじん,キャベツ,パセリ	22.7 g
		マセドアンサラダ			じゃがいも,三温糖	にんじん,きゅうり,ホールコーン(レトルト),たまねぎ	24.7 g
							3.0 g
24	木	チャンポン麺	○	豚肉,いか,なると	油,むし中華麺,ごま油	しょうが,にんにく,にんじん,たけのこ(水煮),きくらげ(乾),白菜,もやし,チンケンソウ,ねぎ	589 kcal
		わかめサラダ		生わかめ	油,ごま	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ	23.3 g
		フルーツ白玉			さとう,白玉もち	みかん(缶),もも(缶詰果肉),パインアップル(缶)	18.1 g
							3.2 g
25	金	ごはん	○		米		644 kcal
		かき玉汁		鶏卵	でん粉	にんじん,たまねぎ,えのきだけ,こまつな	25.3 g
		さばのカレーあけ		さば	小麦粉,揚げ油		31.4 g
		きゅうりと大根のごま風味			ごま油,ごま	だいこん,きゅうり	2.2 g
28	月	パンキンパン	○		パンキンパン		665 kcal
		春キャベツとベーコンのスープ		ベーコン	バター,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,キャベツ,パセリ	28.0 g
		スペイン風オムレツ		ベーコン,豚肉,鶏卵	じゃがいも,バター	たまねぎ,ピーマン,パセリ	29.7 g
		マカロニサラダ			マカロニ,オリーブ油,三温糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ	3.0 g
29	火				昭和の日		
30	水	すき昆布とクリンビース はん	○	すき昆布	米	グリンビース	603 kcal
		みぞ汁(じゃがいも・玉ねぎ)		かつお中厚削り,油揚げ,わかめ	じゃがいも	たまねぎ,にんじん	30.9 g
		鮭のみそマヨネーズ焼		鮭	三温糖		19.5 g
		こんにゃくサラダ			ごま油,油,さとう,ごま	こんにゃく,きゅうり,にんじん,もやし,たまねぎ	4.3 g

※材料等の都合で献立を変更することがあります。ご了承ください。