

4月の予定献立表

令和3年度

給食目標・・・身じたくやあいさつをきちんとしよう

給食回数 16回

立川市立第六小学校

日 曜	パ ン	牛 乳	こんだてめい	ざいりょうのはたらき			※こんだてメモ
				ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)	からだのちょうしを ととのえるもと(みどり)	
8 木		○	ごはん はるまき ちゅうかうまに とうにゅうぶりん	こめ ★こむぎこ はるさめ でんぶん あぶら さとう ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ハム ★えび ★とうにゅう ★とうふ	しいたけ たけのこ ★もやし しょうが にんじん ねぎ はくさい チンゲンサイ たまねぎ エリンギ	今月の立川産 ・しいたけ ・うど ・ミニトマト
9 金		○	ちらしずし にぎすのからあげ すましじる みたらしだんご	こめ あぶら こめこ ★やきふ さとう じゃがいも でんぶん	★ぎゅうにゅう ★たまご ★とうふ ★かに にぎす なると	れんこん にんじん しいたけ かんぴよう たけのこ ごぼう ねぎ さやえんどう ほうれんそう	
12 月	ピザ トースト	○	まめとやさいのスープに じゃがいものサラダ フルーツヨーグルト	★パン じゃがいも あぶら さとう	★ぎゅうにゅう★とりにく ★ヨーグルト ★ウインナー ★チーズ いんげんまめ	たまねぎ ビーマン マッシュルーム にんじん かぶ かぼちゃ セロリ きゅうり とうもろこし みかん パインアップル ★もも	
13 火		○	※かつどん ごくみそしる しおだれだいこん	こめ ★こむぎこ でんぶん ★パンこ あぶら さとう じゃがいも ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく わかめ ★とうふ ★あぶらあげ ★みそ ★さばぶし	たまねぎ みつば にんじん なめこ ねぎ だいこん にんにく	
14 水		○	むぎごはん さばのねぎみそやき よしのに ♡でこぼん	こめ むぎ ★ごまあぶら さとう あぶら でんぶん	★ぎゅうにゅう ★うずらたまご ★ぶたにく ★さば ★なまあげ ★みそ	だいこん ねぎ にんじん ごぼう たけのこ さやいんげん でこぼん	※とんかつをつくり、紙 カップに入れて、かつ 煮をつけます。ご飯 にかけて食べてくださ い。
15 木	チョコ チップ パン	○	1年生給食開始 マカロニグラタン はるキャベツのスープに パインゼリー	★パン ★バター ★マカロニ あぶら ★こむぎこ ★パンこ	★ぎゅうにゅう ★チーズ ★えび ★なまクリーム ★とりにく ★ベーコン ★とうにゅう	たまねぎ マッシュルーム キャベツ にんじん パセリ ブロッコリー しめじ パインアップル	
16 金		○	カレーライス わかめサラダ りんご	こめ じゃがいも あぶら ★バター ★こむぎこ さとう ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★チーズ わかめ ★ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし ★りんご	
19 月		○	※たけのこごはん あかうおのしおやき みそしる ほうれんそうのごまあえ	こめ じゃがいも さとう あぶら ★ごま	★ぎゅうにゅう ★あぶらあげ あこうだい ★とうふ わかめ ★さばぶし ★みそ	たけのこ さやえんどう えのき だいこん ねぎ ★もやし ほうれんそう にんじん はくさい	
20 火		○	やきそば さつまいものからあげ とうふとたまごのコンスープ	★ちゅうかめん さつまいも あぶら でんぶん	★ぎゅうにゅう ★たまご ★とりにく ★ぶたにく ★とうふ	キャベツ ★もやし にんじん ピーマン ねぎ とうもろこし たまねぎ	※たけのこは文字通り 「竹の子ども」、竹の芽 のことを指します。春に なると生えてくる、まさ に春の味覚です。
21 水	あげパン	○	ポークシチュー こんにやくサラダ ミニトマト	★パン ★バター ★こむぎこ ★パンこ じゃがいも さとう あぶら ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★チーズ いんげんまめ ★ぶたにく	たまねぎ にんじん ブロッコリー エリンギ セロリ にんにく しょうが トマト きゅうり ★もやし キャベツ トマト こんにやく	
22 木		○	かやくごはん ぼたていりたまごやき いもだんごじる ♡きよみオレンジ	こめ あぶら じゃがいも さとう	★ぎゅうにゅう ★たまご ★あぶらあげ ★だいご ぼたて ★とりにく ★さばぶし	ごぼう にんじん しめじ みつば はくさい ねぎ だいこん しいたけ こんにやく きよみオレンジ	
23 金		○	ちゃんこうどん さくらえびとうのかきあげ おかかあえ レモンゼリー	★うどん あぶら さとう ★こむぎこ でんぶん	★ぎゅうにゅう ★えび ★たまご ★いか ★ぶたにく ちくわ ★あぶらあげ ★さばぶし	にんじん しいたけ だいこん ねぎ うど はくさい ほうれんそう キャベツ レモン	
26 月	しょく パン	○	さかなのフリッター カレーポテト むぎいりスープ いちごジャム	★パン ★こむぎこ むぎ あぶら じゃがいも	★ぎゅうにゅう ★ベーコン メルルーサ	にんじん セロリ たまねぎ トマト ほうれんそう いちご	学校給食の実施に当 たりましては、文部科 学省の通知を受け新型 コロナウイルス感染防 止のため、本市として 給食時に配慮しやすい 献立としています。感 染状況により、急遽献 立が変更になることも あります。
27 火		○	ごはん とうふハンバーグ とんじり じゃこいりサラダ	こめ ★パンこ あぶら さとう でんぶん さといも ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★とうふ ★たまご ★おから ★みそ ★ぶたにく ★さばぶし わかめ ちりめんじゃこ	たまねぎ だいこん ねぎ にんにく しょうが にんじん ごぼう ほうれんそう こんにやく ★もやし きゅうり とうもろこし	
28 水		○	チキンライス たらのタルタルやき ベジタブルスープ	こめ ★バター あぶら マヨネーズ	★ぎゅうにゅう ★なまクリーム ★たまご ★チーズ ★とりにく たら	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム パセリ とうもろこし	
30 金		○	マーボーさいめん くいきりわかめいりスープ ※マラーカオ	★ちゅうかめん ★ごまあぶら あぶら でんぶん さとう ★こむぎこ ★ごま	★ぎゅうにゅう ★だいご ★チーズ ★とうにゅう ★たまご ★とうふ ★ぶたにく ★きわわかめ	たまねぎ なす たけのこ ピーマン ねぎ にんにく ★もやし しょうが えのき さやえんどう	

※★印はアレルギー物質を含んだ食品です。今まで食べたことのない食品がある場合は、ご注意ください。
※都合により献立が変更になることもあります。
※柑橘類(オレンジ)のアレルギー表示については、ネーブルオレンジ・パレンシアオレンジのみ★印をつけてお知らせします。
※♡印は、柑橘系の果物です。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	644kcal	摂取エネルギー全体の 15%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%



ご入学、ご進級おめでとうございます



給食では行事食、郷土食、世界の料理、旬の材料を使った料理を取り入れた多彩な献立を計画しています。立川市内で作られた野菜、果物、はちみつ等も使用していきます。ご家庭で、給食の献立や食べたときの様子などを話し合ったりして、給食に関心をもてるようにお願いします。

第六小学校では現在、マヨネーズは材料に卵が入っていないもの、ホットケーキミックス粉は卵・乳製品が入っていないものを使用しています。

<保護者の皆様へ>

立川市では、食物アレルギーのある児童について、学校給食における食物アレルギー対応を行っています。食物アレルギーがある場合は、学校へお申し出ください。アレルギー事故を未然に防ぐため、立川市の学校給食では「ピーナッツ・くるみ・アーモンド・カシューナッツ」は使用しません。ただし、加工品の場合、原材料に使用されていなくても、同一工場内で、ナッツ類を使用した製品を製造していることがあります。