



# 4月予定献立表

《今月のきゅうしょくもくひょう》

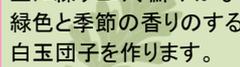
## じゅんぴのしかたをおぼえよう



令和7年度 4月

給食回数 16回

武蔵野市立桜野小学校

日	曜	こんだて	牛乳等	つかうもの(材料)			コメント
				体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をととのえる(みどり)	
8	火	おせきはん すましじる とりのいそべからあげ おんしらあえ	○	あずき かまぼこ わかめ かつおぶし こんぶ とりにく あおのり とうふ あぶらあげ ひじき みそ ぎゅうにゅう	もちごめ めめ あぶら さとう ごま でんぶん こむぎこ ねりごま	ながねぎ にんじん えのきたけ にんにくしょうが こまつな	<b>ご入学・ご進級</b> <b>おめでとーございませう</b> 新しい学級でも、仲間と協力しあって準備をして、楽しい給食の時間にしましょう。  <b>8日(火)お赤飯</b> 新学期の最初は、お赤飯を炊いて、皆さんの進級をお祝ひします。  <b>16日(水)たけのこご飯</b> 新鮮な「生」の筍を使い、給食室で皮をむくところから下ごしらえをします。旬の食材を味わいましょう。  <b>18日(金)よもぎ白玉小豆</b> 春に芽吹く「よもぎ」を白玉に練りこみ、鮮やかな緑色と季節の香りのする白玉団子を作ります。  <b>21日(月)1年生の給食開始</b> いよいよ1年生も学校給食がはじまります。給食の準備に慣れないうちは、調理員・栄養士が給食準備のお手伝いをします。  <b>28日(月)開校記念日</b> 今年度で30回目の開校記念日です。お祝ひの気持ちを含めた料理が登場します。 
9	水	かんとんめん [むしめんちゅうかめん・つけじるあん] カレービーンズポテト	○	ぶたにくいか なまあげ とりがら かつおぶし こんぶ だいたず ぎゅうにゅう	むしちゅうかそば ごまあぶら さとう でんぶん じゃがいも あぶら	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ ホールコーン チンゲンサイ あかピーマン	
10	木	わかめごはん みそしる さわらのゆうあんやき いりどり	○	わかめ とうふ みそ かつおぶし こんぶ さわら とりにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら ごまあぶら さとう でんぶん こんにやく	きりぼしだいこん にんじん こまつな ゆず ごぼう たけのこ さやいんげん ほししいたけ	
11	金	チリライス [むぎごはん・チリコンカン] こふきいも きよみオレンジ	○	きんときまめ ぶたにく だいたず ベーコン ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら さとう でんぶん じゃがいも	たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム ホールトマト パセリ きよみオレンジ	
14	月	ごはん のりのつくだに みそしる とりのしょうがやき はるきやべつとのとさに	○	のり こうやどつみそ かつおぶし こんぶ とりにく ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう くろざとう でんぶん ごまあぶら	だいこん ながねぎ こまつな たまねぎ しょうが キャベツ たけのこ にんじん	
15	火	ごまだれ つげうどん ししゃものうまみあげ きんときまめのあまに	○	ぶたにく あぶらあげ とりがら かつおぶし こんぶ ししゃも きんときまめ ぎゅうにゅう	うどん ごま ねりごま さとう ごまあぶら でんぶん こむぎこ あぶら	もやし だいたずもやし にんじん なら ほししいたけ にんにく しょうが ながねぎ たまねぎ	
16	水	たけのこごはん すましじる つくねのてりやき キャベツとこんぶのいためもの	○	あぶらあげ かつおぶし とうふ わかめ こんぶ とりにく だいたず ぎゅうにゅう	こめ もちごめ こめぬか ごまあぶら さとう でんぶん あぶら	たけのこ とうがらし にんじん さやいんげん こまつな ごぼう たまねぎ ながねぎ しょうが キャベツ もやし ホールコーン	
17	木	しよパン チキンピカタ ミネストローネ しろいんげんまめとパインのあまに	○	とりにく たまご チーズ ぶたにく とりがら しろいんげんまめ ぎゅうにゅう	パン こめ あぶら じゃがいも さとう	パセリ たまねぎ キャベツ にんじん こまつな セロリ にんにく ホールトマト トマトピューレ パインアップル	
18	金	にくみそライス あおなとのりのナムル よもぎしらたまあずき	○	ぶたにく だいたず みそ とりがら のり とうふ あずき ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら ごまあぶら さとう でんぶん ごましらたまこ こめこ	たまねぎ ながねぎ にんじん ほししいたけ しょうが こまつな もやし だいたずもやし にんにく よもぎこ	
21	月	チキンカレー ライス ポイルやさい てづくりわふうドレッシング きよみオレンジ	○	とりにく とりがら かいそうミックス かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら こむぎこ じゃがいも こんにやく さとう ごまあぶら でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご キャベツ ホールコーン こまつな きよみオレンジ	
22	火	むぎごはん みそしる さけのたつたあげ きりぼしだいこんのマーボーいため	ヨ	とうふ みそ かつおぶし こんぶ さけ とりにく ヨーグルト	こめ こめつぶむぎ あぶら ごまあぶら でんぶん さとう	こまつな ながねぎ にんじん もやし しょうが きりぼしだいこん たまねぎ なら	
23	水	かしわおれパン おしむぎいりソーセージスープ ハンバーグマトソースかけ マカロニとツナのソース	○	レバーソーセージ とりがら ぶたにく だいたず ツナ ぎゅうにゅう	パン おしむぎ あぶら でんぶん さとう マカロニ	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ こまつな にんにく ホールトマト えのきたけ グリーンアスパラ	
24	木	なのはないりごもくチャーハン ちゅうかスープ ホイコーロー	○	やきぶた ハム なまあげ とりにく とりがら ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん	ホールコーン ながねぎ にんじん にんにく しょうが なのはな こまつな だいたずもやし キャベツ たけのこピーマン	
25	金	スパゲッティミートソース ジャーマンポテト いちご	○	ぶたにく だいたず ベーコン ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう でんぶん じゃがいも	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム にんにく セロリ トマトピューレ ホールトマト パセリ いちご	
28	月	たいめし かきたまじる とりのさいきょうやき じゃがいものきんぴら	○	こんぶ たいのあら まだい たまご もずく かつおぶし とりにく みそ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら ごま でんぶん さとう じゃがいも ごまあぶら	にんじん こねぎ しょうが ながねぎ こまつな ごぼう さやいんげん	
30	水	とうふそぼろどん わかたけじる フルーツミックス	○	とうふ とりにく かつおぶし こんぶ わかめ ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら ごま くるざとう さとう でんぶん	たまねぎ しょうが ほししいたけ グリンピース たけのこ ながねぎ にんじん ミックスフルーツ	

【牛乳らん ○…低温殺菌牛乳 ヨ…ヨーグルト】

花の便りが各地で聞かれる季節になり、いよいよ新年度のスタートです。

給食室をのぞくと、野菜を切る様子が見えたり、だしの香りがしたりします。  
 子供たちに学校給食をより身近に感じてもらいながら、学校生活がより一層  
 充実したものになるよう、安全で美味しく、そして、学びにつながる給食づくりを  
 目指してまいります。

カレーやシチューはルーから、餃子・コロッケ・ハンバーグなどはタネから、  
 だしは、かつお節・昆布・鶏ガラなどの素材からのうま味や香りをいかして、  
 “手作りの給食づくり”をいたします。また、新鮮な市内産野菜も多く取り入れ、  
 その美味しさや生産者さんの想いも子供たちへ伝えていきます。

### お知らせ

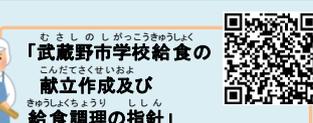
市内の学校給食や食育活動の取り組みに関する情報を  
 随時発信しています。



一般財団法人  
 武蔵野市給食・食育振興財団



～給食財団 公式facebook～



「武蔵野市学校給食の  
 献立作成及び  
 給食調理の指針」



cookpad  
 「武蔵野市のキッチン」  
 ～レシピ公開中～

※裏面には「給食&食育おたより」があります