



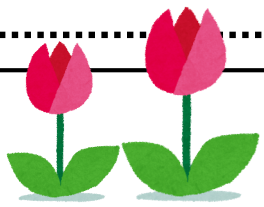
れいわ 6ねん 4がつ こんだてひょう

日野市立日野第三小学校



	こんだてめい	ぎゅうにゅう	あかのなかま ちやにくになる	さいろのなかま ねつやちからの もとなる	みどりのなかま からだのしょうしを ととのえる	エネルギー たんぱくしつ しつ	ひとことメモ
9 火	あぶたまどん はるキャベツのかつおぶしあえ こくとうアーモンド	○	いんようぎゅうにゅう,とり に,あぶらあげ,たまご,かつおぶ し	こめ,さとう,かたくりこ,アー モンド,くろざとう	たまねぎ,にんじん,みすな,キャ ベツ,こまつな,えのきたけ	616 kcal 26.2 g 24.8 g	9日(火) 令和6年度の給食が始まります。この日 の給食は、日野市百草地区の由木農場で生 産された「さくらこめたまご」と油揚げを たっぷり使用した「あぶたま丼」を提供し ます。旬を迎えている春キャベツを使っ た和え物とともに提供します。
10 水	あおなのチャーハン いかとポテトのレモンじょうゆ とうふとわかめのたまごスープ	○	いんようぎゅうにゅう,ぶたに く,いか,わかめ,とうふ,たまご	こめ,あぶら,ごまあぶら,かたく りこ,あげあぶら,じゃがいも,さ とう	しょうが,ねぎ,たまねぎ,こまつな, あかパプリカ,レモン,さやいんげん, しいたけ,にんじん,チンゲンサイ	541 kcal 23.9 g 19.6 g	
11 木	ごはん ちりめんふりかけ しんじゃがいものごまみそに やさいのごますあえ	○	いんようぎゅうにゅう,ちりめ んじゃこ,かつおぶし,あおのり, とりにく,なまあげ,みそ	こめ,ごま,あぶら,じゃがいも, こんにゃく,さとう,ねりごま,ご ま	しょうが,ごぼう,にんじん,だい こん,さやいんげん,きゅうり,もやし, あかパプリカ,キャベツ	587 kcal 25.5 g 17.9 g	15日(月) 1年生の給食が始まります。日野第三小 学校での初めての給食は、「チキンカレー ライス」です。たくさんの野菜を加えて煮 込む「豚骨スープ」は、早朝から2時間以 上かけて旨味を抽出し、「カレールウ」も バター、植物油、小麦粉を弱火でじっくり 時間をかけて炒めるなど、本校の給食室で 素材から手づくりをしています。 和・洋・中と、色々な献立を提供してい きますので、少しずつ日野第三小学校の給 食を好きになってもらえたらと思います。
12 金	はるごぼうのおこわ さかなのかおりやき アーモンドあえ わかたけじる	○	いんようぎゅうにゅう,とり に,さば(よてい),わかめ	こめ,もちごめ,あぶらあげ,さ とう,ごま,こんにゃく,アーモンド パウダー	ごぼう,ほししいたけ,にんじん,さ やいんげん,たまねぎ,キャベツ,もやし, あかパプリカ,のらぼうな,だいの こ,ねぎ,しめじ,えのきたけ,だい こん	564 kcal 28.5 g 22.5 g	
15 月	チキンカレーライス ごまドレッシングサラダ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう,とり に,ピザチーズ	こめ,あぶら,じゃがいも,バ ター,こむぎこ,ごま,さとう	にんにく,しょうが,たまねぎ,にん じん,りんご,キャベツ,こまつな,だい こん,あかパプリカ,ホールコーン,き よみオレンジ(よてい)	581 kcal 19.0 g 18.3 g	16日(火) ほうれん草を茹でてミキサーにかけたビ ュレを加えて、新緑が美しいこの時期に ぴったりの「若草蒸しパン」を提供します。 チーズやレーズンも加え、栄養、彩り、 「甘くて少しだけ塩味」を感じる絶妙の味 のバランスが楽しい蒸しパンに仕上げます ので、楽しみにしていてくださいね！
16 火	はるのかおりうどん やさいのごまあえ わかくさむしパン	○	いんようぎゅうにゅう,とり に,かまぼこ,あぶらあげ,たま ご,ピザチーズ,ちゅうりよう ぎゅうにゅう	うどん,さとう,ねりごま,ごま, こむぎこ,バター	しいたけ,しめじ,にんじん,わらび, たけのこ,のらぼうな,ねぎ,キャベ ツ,もやし,きいろパプリカ,ほうれん そう,レーズン	565 kcal 20.5 g 19.1 g	
17 水	えびのガーリックライス スパイシービーンズ&ポテト ふわたまコンスープ	○	いんようぎゅうにゅう,むきえ び,だいず,ぶたにく,こなチー ーズ,たまご,クリーム,ちゅうりよ うぎゅうにゅう	こめ,あぶら,バター,かたくり こ,あげあぶら,じゃがいも	にんにく,たまねぎ,あかパプリカ,こ まつな,しょうが,クリームコーン, ホールコーン,パセリ	608 kcal 23.3 g 23.5 g	18日(木) 1年生の皆さんへは入学のお祝い、2年 生以上の皆さんへは進級のお祝いとして、 慶事には欠かせない「赤飯」と「松風焼き」 の献立を提供します。春の食材もたっぷり 使用してお祝いしたいと思います。
18 木	せきはん まつかぜやき はるのきんぴら すましじる	○	いんようぎゅうにゅう,ささげ, とりにく,とうふ,だいず,たま ご,みそ,かまぼこ	こめ,もちごめ,ごま,なまパン こ,ごまあぶら,あぶら,こんにゃ く,さとう	にんじん,ねぎ,しょうが,ごぼう,う どん,れんこん,さやいんげん,だい こん,しめじ,のらぼうな	555 kcal 26.4 g 18.4 g	
19 金	ホイコーローどん はるさめスープ フルーツヨーグルト	○	いんようぎゅうにゅう,ぶたに く,みそ,とりにく,なると,ヨー グルト	こめ,あぶら,さとう,かたくり こ,はるさめ,ごまあぶら	にんにく,しょうが,ほししいたけ,に んじん,キャベツ,たまねぎ,ねぎ,も やし,チンゲンサイ,だいのこ,いちご (よてい),パインかん,みかんかん	587 kcal 19.3 g 20.4 g	19日(金) この日は、二十四節季で「穀雨(こく う)」に当たり、この時期の雨が「百穀春 雨(ひやっこくはるさめ)」と呼ばれるこ とから、「春雨スープ」を提供します。
22 月	ごはん さかなのタルタルソースやき はるキャベツとぶたにくのいためもの じゃがいもとあつあげのみそしる	○	いんようぎゅうにゅう,あかう すお(よてい),たまご,ぶたにく, なまあげ,みそ	こめ,マヨネーズ,さとう,かんそ うパンこ,あぶら,じゃがいも, こんにゃく	たまねぎ,パセリ,キャベツ,あかパ プリカ,もやし,だいこん,のらぼうな, ねぎ,えのきたけ	551 kcal 25.5 g 21.6 g	
23 火	ごはん ししゃものカレーあげ ごもくまめ とんじる	○	いんようぎゅうにゅう,ししゃ も,だいず,ひじき,さつまあげ, ぶたにく,あぶらあげ,とうふ,み そ	こめ,かたくりこ,あげあぶら,あ ぶら,こんにゃく,さとう,じゃが いも	しょうが,ごぼう,にんじん,さやい んげん,ねぎ,だいこん	565 kcal 26.7 g 19.3 g	24日(水) 「エルテンスープ」は、オランダ王国の 伝統的なスープです。グリーンピースを主役 に、じゃがいも、人参、玉葱、豚肉などの 具材が入った爽やかな緑色の濃厚なスープ を提供します。
24 水	アップルピスキュイトースト はるのマカロニサラダ エルテンスープ	○	いんようぎゅうにゅう,たまご, ぶたにく,ウインナー	しょくパン,バター,さとう,こむ ぎこ,アーモンドパウダー,マカ ロニ,あぶら,じゃがいも	りんごジャム,あかパプリカ,キャベ ツ,だいこん,きゅうり,アスパラガ ス,グリーンピース,たまねぎ,セロ リー,にんじん	611 kcal 23.8 g 25.9 g	
25 木	ごはん はるまき じゃこキャベツのちゅうかあえ ちゅうかふうコンスープ	○	いんようぎゅうにゅう,ぶたに く,ちりめんじゃこ,とりにく,と うふ,たまご	こめ,はるまきのかわ,あぶら,は るさめ,かたくりこ,ごまあぶら, あげあぶら,さとう,ごま	にんにく,しょうが,たけのこ,ほし しいたけ,にんじん,もやし,にら,キャ ベツ,だいこん,あかパプリカ,こまつ な,ホールコーン,ねぎ,クリームコー ン,チンゲンサイ	547 kcal 21.2 g 18.7 g	＜4月使用予定の日野市産食材＞ たまご のらぼうな ねぎ わけぎ キャベツ トマト
26 金	ふかがわめし あげだしとうふのおろしがけ はるのすましじる	○	いんようぎゅうにゅう,あぶら あげ,あさり,あおのり,とうふ, とりにく,もずく,かまぼこ	こめ,あぶら,さとう,かたくり こ,あげあぶら	ごぼう,にんじん,しょうが,だい こん,しめじ,みすな,ねぎ	560 kcal 23.9 g 21.5 g	
30 火	スパゲティーミートソース フライドひよこまめサラダ	○	いんようぎゅうにゅう,ぶたに く,こなチーズ,ひよこまめ	スパゲティー,オリーブあぶら, あぶら,さとう,バター,こむぎ こ,かたくりこ,あげあぶら	パセリ,にんにく,しょうが,にん じん,たまねぎ,トマト,セロリー,マッ シュルーム,キャベツ,きゅうり,あか パプリカ,ホールコーン	606 kcal 23.2 g 22.6 g	

- * 献立は都合により変更する場合があります。あらかじめ、御了承ください。
- * 給食の詳細は、学校ホームページに掲載しています。ぜひ、御覧ください。
- * 1年生の給食は、4月15日(月)から始まります。



◆ 給食用白衣等について ◆

給食の配膳は、担任の先生と児童同士が協力し合って行うため、給食当番の児童は、白衣、帽子、マスクを着用して行っています。
給食当番になりましたら、週末に給食用白衣等を持ち帰りますので、洗濯をしていただき、翌週月曜日の登校の際、持参していただきますよう、御協力をお願いいたします。

◆ 給食費についてのお願い ◆

4月分の給食費は、5月分の給食費と合わせて来月から引き落としを行います。(引き落としの際、55円の手数料がかかります。)
引き落としの日や引き落とし額については、後日、「お知らせ」を配付いたします。
給食費の円滑な納入に御協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。