

4月よていこんだてひょう

令和8年度4月(全15回)

日野市立夢が丘小学校

日	曜日	主食	飲み物	献立名	赤の食品群	黄の食品群	緑の食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	ひとこと メモ
					血や肉になる	エネルギーになる	体の調子を整える		
9	木	くろまいのせきはん		とりとだいずのみそがらめにびたしはっぼうじる	牛乳, 鶏肉, 大豆 味噌, 油揚げ, 豆腐	米, もち米, 黒米 ごま, でんぶん, 油 砂糖, じゃがいも	しょうが, キャベツ にんじん, ごぼう だいこん, こまつな, 長ねぎ	598 27.4	<p>献立表の表記について 食物アレルギー等による事故が起こらないように、今年度も事故防止対策に努めて参ります。</p> <p>アレルゲンになりやすい食材が入っている場合は、献立名を工夫し分かりやすい表記を心がけていきます。</p> <p>また、使用食品は調味料以外は全て記載いたしますので、ご家庭でご確認をお願いいたします。</p>  <p>9日(木) 進級おめでとう献立 新しい学年での給食開始です。進級をお祝いして日野産の黒米を使ったお赤飯を炊きます！</p> <p>14日(火) 1年生の給食が始まります！ 初日は配膳しやすい献立を心がけました。少しずつ小学校の給食に慣れていってください。</p>  <p>15日(水) カレーライス 給食ではルウを小麦粉・バター・油からよく炒って手作りしています。カレーなどはこのように手作りしたルウを使って作ります。定番ですが、夢小の人気メニューです。</p>  <p>28日(火) こくとうドーナツ ドーナツも給食室で手作りします。 小麦粉・ベーキングパウダー・たまご・牛乳・バター・黒糖・塩・白ごまを混ぜ合わせて生地を作り、一つ一つ輪っかの形にしています。</p> 
10	金	ごもくごはん		さかなのしんりよくやき アーモンドあえ じゃがいもとなまあげのみそしる	牛乳, 鶏肉, 油揚げ さわら, あおのり 生揚げ, 味噌	米, 砂糖 ★マヨネーズ ★アーモンド じゃがいも	しいたけ, にんじん, しめじ レモン, こまつな, はくさい もやし, 玉ねぎ, 葉ねぎ	650 29.9	
13	月	ごはん		こざかなふりかけ いかのからあげ にくじゃが	牛乳, 豚肉 ★ちりめんじゃこ あおのり, ★いか	米, ごま, でんぶん 小麦粉, 油, こんにやく じゃがいも, 砂糖	しょうが, しいたけ 玉ねぎ, にんじん さやいんげん	603 28.9	
14	火	わかめごはん		とりのからあげ さつまじる	牛乳, 炊き込みわかめ 鶏肉, 豚肉 豆腐, 油揚げ, 味噌	米, ごま, でんぶん 小麦粉, 油 こんにやく さつまいも	にんじん, しょうが ごぼう, だいこん, 長ねぎ	601 27.3	
15	水	カレーライス		スプリングサラダ くだもの	牛乳, 豚肉 チーズ, ハム	米, 油, じゃがいも バター, 小麦粉 はちみつ	にんにく, しょうが 玉ねぎ, にんじん ★りんご, キャベツ きゅうり, いちご	595 19.8	
16	木	とりとごぼうのピラフ		はるやさいとんげんまめの クリームシチュー コロコロサラダ	牛乳, 鶏肉, ハム いんげんまめ チーズ, 生クリーム	米, 油, バター, 小麦粉	ごぼう, にんじん さやいんげん, 玉ねぎ キャベツ, フロッコリー マッシュルーム, だいこん きゅうり, ホールコーン	594 25.2	
17	金	きりぼし だいこん ごはん		さばのたつたあげ とうふとやさいのわふうスープ	牛乳, 油揚げ さば, 鶏肉, なた 豆腐, わかめ	米, 油, 砂糖 でんぶん, 小麦粉	切干しだいこん, にんじん しょうが, しいたけ こまつな, 長ねぎ	630 29.5	
20	月	ごはん		ナツちりめん ごぼういりだいずつくね みそしる	牛乳, 大豆 ★ちりめんじゃこ 鶏肉, ★たまご わかめ, 味噌	米, ★アーモンド ごま, 砂糖, 油 でんぶん, ごま油 じゃがいも	ごぼう, 玉ねぎ, しょうが だいこん, 長ねぎ	560 25.8	
21	火	マーボー どうふどん		ちゅうかスープ フルーツミックス	牛乳, 豚肉, 豆腐 味噌, 鶏肉	米, ごま油, 砂糖 でんぶん, はるさめ	にんにく, しょうが しいたけ, たけのこ, にんじん 長ねぎ, にら, もやし ホールコーン, 青梗菜 夏みかん缶, ★黄桃缶 パイナップル	573 24.6	
22	水	セサミ トースト		ポークビーンズ はちみついりサラダ	牛乳, 大豆, 豚肉 チーズ, 生クリーム	パン, バター, ごま グラニュー糖, 油 じゃがいも 小麦粉, はちみつ	玉ねぎ, にんじん マッシュルーム ホールトマト トマトピューレ キャベツ, きゅうり	688 25.4	
23	木	ソース やきそば		カレードレッシングサラダ わかくさケーキ	牛乳, 豚肉 ★たまご	中華めん, 油 砂糖, 小麦粉, バター	にんにく, しょうが しいたけ, にんじん, もやし キャベツ, にら, きゅうり ホールコーン, 玉ねぎ ほうれんそう	557 21.2	
24	金	こざかな ピラフ		もうかざめのフライ たまごスープ	牛乳, 鶏肉 ★ちりめんじゃこ もうかざめ ★たまご, わかめ	米, バター, 油 小麦粉, でんぶん パン粉, 砂糖	玉ねぎ, にんじん さやいんげん, えのきたけ	629 32.2	
27	月	かやく ごはん		ごもくたまごやき きゅうりときゃべつのわふうサラダ けんちんじる	牛乳, 鶏肉, 油揚げ 豚肉, 豆腐, ひじき ★たまご	米, こんにやく, 砂糖 油, さといも こんにやく	ごぼう, にんじん, しいたけ さやえんどう, 玉葱 キャベツ, きゅうり だいこん, 長ねぎ	618 29.8	
28	火	スパゲティ シーフード		こくとうドーナツ くだもの	牛乳, ベーコン ★いか, ★むきえび ★たまご	スパゲティ, オリーブ油 油, 砂糖, バター 小麦粉, 黒砂糖, ごま	にんにく, セロリー, 玉ねぎ にんじん, ホールトマト 柑橘類	648 25.1	
30	木	ふき ごはん		ししゃものごまごろもあげ じゃこいりおひたし じゃがいもとわかめのみそしる	牛乳, 油揚げ ★ししゃも, ★たまご ★ちりめんじゃこ わかめ, 味噌	米, 油, 砂糖, 小麦粉 ごま, じゃがいも	にんじん, ふき, しいたけ もやし, こまつな, 玉ねぎ	585 22.2	

◇仕入れの都合等により献立内容に変更が生じる場合があります。ご了承ください。

★今月の給食目標★

正しい配膳を身に付けよう。

