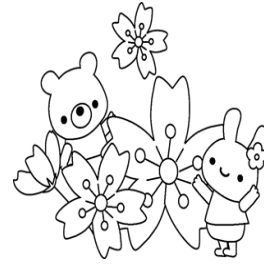


平成31年 4月 献立表



給食マナー目標 : 給食準備の仕方を身に付けよう

港区立東町小学校長 羽田野庸史

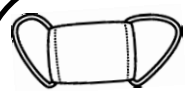
給食栄養目標 : いろいろな食べものを知ろう

学校栄養指導員 小出 紋子

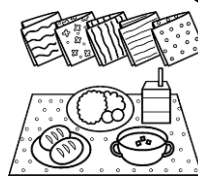
日	曜日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー Kcal	たんぱく質 g
8	月	始業式・入学式							
9	火	給食なし・4時間授業							
10	水	チャーハン		豚肉, 卵	精白米, サラダ油, 三温糖	人参, 干椎茸, 長葱, グリンピース	酒, 塩, 醤油, コシヨウ, 酢	595	20.5
		ワンタンスープ	○	豚挽き肉	ワンタンの皮, ゴマ油	生姜, 人参, 白菜, モヤシ, 長葱, 小松菜	鶏ガラ, 醤油, 酒, 塩, コシヨウ		
		海藻サラダ		海藻サラダミックス	サラダ油	キュウリ, 大根, ホールコーン, 玉葱	酢, 塩, 醤油, コシヨウ		
11	木	ガーリックトースト			コッペパン, サラダ油	ニンニク, パセリ		614	19.5
		ラタトゥイユ	○	鶏肉	オリーブ油, 揚げ油	ニンニク, 玉葱, セロリ, ズッキーニ, ナス, ピーマン, 黄パプリカ, 赤パプリカ, トマト	白ワイン, 塩, コシヨウ, ナツメグ, オレガノ, ベイリーフパウダー		
		ポテトのフレンチサラダ			ジャガ芋, サラダ油	人参, キュウリ, 玉葱	酢, 塩, コシヨウ		
12	金	カレーライス	○	鶏肉	精白米, サラダ油, ジャガ芋, 小麦粉	ニンニク, 生姜, 人参, 玉葱	赤ワイン, 鶏ガラ, 塩, ベイリーフパウダー, ケチャップ, カレー粉, コリアンダーパウダー, シナモンパウダー, ガラムマサラ	697	17.6
		コールスローサラダ			サラダ油, 三温糖	人参, キャベツ, キュウリ	酢, 塩, コシヨウ		
		アップルゼリー		粉寒天	上白糖	アップルジュース			
15	月	白飯			精白米			635	26.1
		カブと小松菜の味噌汁	○	油揚げ, 味噌		カブ, 小松菜, 長葱	削り節(だし)		
		豆腐のハンバーグ		豚挽き肉, 豆腐, 卵, 味噌	生パン粉, 白煎りゴマ, ゴマ油, 三温糖, でん粉	玉葱, 生姜	塩, コシヨウ, 醤油, みりん, 酒		
		白菜の即席漬け				白菜, 人参	塩		
16	火	スパゲッティ・ソース・ミート	○	豚挽き肉, 大豆	サラダ油, 小麦粉, オリーブ油, スパゲッティ	ニンニク, 生姜, 玉葱, 人参, トマトジュース, パセリ	赤ワイン, 水, 塩, コシヨウ, ナツメグ, ケチャップ, トマトピューレ, ウスターソース	686	27.4
		パリパリサラダ			サラダ油, ワンタンの皮, 揚げ油	人参, キャベツ, キュウリ, 玉葱	酢, 塩, コシヨウ		
		デコポン				デコポン			
17	水	三色丼	○	卵, 鶏挽き肉	精白米, サラダ油, 三温糖, ゴマ油	生姜, 小松菜	塩, 酢, 酒, 醤油	636	27.5
		具沢山味噌汁		味噌, 豆腐	コンニャク	人参, ゴボウ, 小松菜, 長葱	削り節(だし)		
		モヤシの磯和え		刻み海苔		小松菜, 人参, モヤシ	醤油		

☆都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

☆1年生は、10日(水)は「牛乳のみ」、11日(木)は「牛乳とパン」の給食です。12日(金)より完全給食開始となります。



忘れずに準備しましょう♪



給食の準備の時に、全員マスクを着用します。

衛生的に食事の準備をするだけでなく、風邪などの予防にもつながります。

毎週、きれいなランチョンマットと一緒にマスクの用意をしてください。

マスクの種類は使い捨てタイプでもガーゼタイプでも、どちらでもよいです。

ご協力よろしくお祈いします。

きょうの給食は何か？

★献立表は冷蔵庫など、見やすい場所に

貼っておくことをおすすめします。



給食の献立や食べた時の様子などをお子様と話しましょう。

また、毎日の献立に目を通し、朝食や夕食と重ならないようにしましょう。

日	曜日	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	その他	エネルギー Kcal	たんぱく質 g
18	木	柏パン	○		柏パン			619	19.4
		ポテトコロッケ		豚挽き肉, 卵	サラダ油, バター, ジャガ芋, 小麦粉, パン粉, 揚げ油	玉葱	塩, コショウ, 中濃ソース		
		春キャベツサラダ			サラダ油	人参, キャベツ, キュウリ, 玉葱	酢, 塩, コショウ		
		トマトスープ		ベーコン	サラダ油	セロリ, キャベツ, 生姜, ホールトマト	鶏ガラ, 塩, ベイリーフパウダー, コショウ		
19	金	白飯	○		精白米			621	26.5
		油揚げと小松菜の味噌汁		油揚げ, 味噌		小松菜, 長葱	削り節(だし)		
		ツナ入り卵焼き		ツナ, 卵	サラダ油, 三温糖	人参, 玉葱, 干椎茸, グリンピース	塩, 酒, 醤油		
		野菜炒め		豚肉	サラダ油	キャベツ, 人参, モヤシ, 青梗菜	酒, 塩, コショウ, 醤油		
22	月	世界各国の料理を食べよう ☆イタリア☆							
		カポナータ丼	×	鶏肉	精白米, サラダ油	玉葱, 赤パプリカ, ズッキーニ, 椎茸, ナス, ニンニク, ホールトマト缶, 生姜, パセリ	ベイリーフパウダー, 鶏ガラ, 乾燥バジル, オレガノ, タバスコソース, ウスターソース, 醤油, 中濃ソース, 塩, コショウ	676	16.1
		ABCスープ			マカロニ	生姜, 人参, 玉葱, マッシュルーム水煮, キャベツ	鶏ガラ, 塩, ベイリーフパウダー, コショウ		
		パンナコッタ		牛乳, 生クリーム	上白糖	黄桃缶	アガー		
		ドリンクヨーグルト		ドリンクヨーグルト					
23	火	ソース焼きそば	○	豚肉, 青海苔	サラダ油, 中華麺	玉葱, 人参, キャベツ, モヤシ	塩, コショウ, ウスターソース, 中濃ソース	583	19.9
		鉄骨サラダ		ヒジキ, チリメンジャコ	三温糖, サラダ油, ゴマ油, 白すりゴマ	キャベツ, キュウリ, 大根	塩, 醤油, 酢, コショウ, 酒		
		フルーツポンチ			上白糖	ミカン缶, 黄桃缶, パイン缶	白ワイン		
24	水	白飯	○		精白米			619	24.7
		ジャガ芋と玉葱の味噌汁		ワカメ, 味噌	ジャガ芋	玉葱	削り節(だし)		
		タラの野菜あんかけ		タラ	小麦粉, でん粉, 揚げ油, 三温糖	生姜, 人参, 玉葱, 椎茸	醤油, みりん		
		ハウレン草のお浸し				ハウレン草, 白菜, モヤシ	醤油		
25	木	二種類サンド(ツナ・チーズ)	○	ツナ, スライスチーズ	食パン, マヨネーズ, 胚芽食パン	キュウリ	塩, コショウ, 粒マスタード	586	22.9
		ポトフ		ウインナー	サラダ油, ジャガ芋	セロリ, 人参, 玉葱, 生姜, キャベツ	鶏ガラ, 白ワイン, 塩, コショウ, ベイリーフパウダー		
		パプリカサラダ			サラダ油	赤パプリカ, 黄パプリカ, キャベツ, キュウリ, 玉葱	酢, 塩, コショウ		
26	金	日本各地の料理を食べよう ☆静岡☆							
		大豆と桜えびのかきあげ丼	○	卵, 大豆, 桜エビ	精白米, 揚げ油, 小麦粉, コーンスターチ, 三温糖	玉葱, ミツバ	だし昆布, 削り節(だし), 塩, 醤油	686	21.2
		駿河汁		イワシ, 味噌	でん粉	人参, 大根, 小松菜, 生姜	だし昆布, 削り節(だし), 塩, 醤油, 酒		
抹茶白玉団子	きな粉	白玉粉, 上白糖, グラニュー糖			抹茶, 塩				
29	月	昭和の日							
30	火	国民の祝日							

給食室のメンバー紹介!

学校栄養指導員 小出

【調理業務委託:フジ産業】

調理員 伊藤・浅野・五十嵐・東福

小山・和田・東田・風間・松浦



～保護者の皆様へ～

今年度の給食費の口座振替日は、5月15日(水)からです。

長期にわたる欠席で、**連続して5食以上欠食する場合は、欠席予定の10日前までに**学級担任を通じてご連絡ください。**1週間前までに所定の様式に記入し、手続きをされた場合**にのみ返金対象となります。期日を過ぎてのご連絡・手続きは返金対象となりませんので、ご注意ください。**欠席期間の変更がある場合は、必ず、担任までご連絡ください。**

また、長期欠席、転出などで返金が生じた場合は、学期末、ゆうちょ銀行の口座へ入金いたします。その際の返金手数料は返還額からご負担いただきます。ご了承ください。