



令和3年 4月分 よていこんだて表



戸田市立戸田東小学校

★☆☆入学・進級おめでとうございます☆☆★

2年ぶりに！戸田東小学校児童がみんなで同じ給食を食べられるようになります！
 6年生、おかえりなさい。1年生、ようこそ！！
 給食室も新しくピカピカの調理器具を使って作ります。
 たくさん食べて、元気に大きくな～れ！！

ひ ようび	りょうり しゅるい	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけ みほん	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
			ねつやちからになる	ちやくをつくる	からだのちようしをととのえる	ちようみりよう・そのた			
12 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				607	29.2
	しゅしよく	さくらごはん	こめ むぎ			さくらのしおづけ			
	しゅさい	さけのしおこうじやき	(さとう)	(さけ)		(塩こうじ 酒)			
	ふくさい	きゅうりとわかめのすのもの	さとう	わかめ	きゅうり	酢 塩			
	しるもの	よしのじる	かたくりこ	とりにく とうふ かまぼこ	にんじん こまつな しいたけ しょうが	酒 しょうゆ 塩 かつおだし にぼしだし こんぶだし			
	デザート	おいわいクレープ	(あぶら さとう みずあめ こめこ)	(とうにゅう)	(いちごピューレ いちごかじゅう)				
13 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				580	23.9
	しゅしよく	ぎぎつねごはん	こめ むぎ さとう	あぶらあげ ぶたにく	にんじん しいたけ	酒 みりん しょうゆ			
	しゅさい	ちくわのいそべあげ	あぶら こむぎこ	ちくわ あおのり					
	ふくさい	キャベツのあさづけ	ごまあぶら		キャベツ きゅうり たまねぎ	塩 しょうゆ			
	しるもの	たまねぎのみそしる		こうやとうふ みそ		かつおだし にぼしだし こんぶだし			
	デザート	いちご			いちご				
14 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				606	22.3
	しゅしよく	むぎごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	ホイコーロー	あぶら さとう	ぶたにく	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ ピーマン パプリカ	甜麺醤 豆板醤 酒 みりん しょうゆ 塩 こしょう			
	ふくさい	もやしのナムル	さとう ごまあぶら ごま		もやし きゅうり にんにく しょうが	しょうゆ			
	しるもの	ちゅうかスープ	はるさめ ごまあぶら		にんじん たまねぎ えのき チンゲンサイ	塩 こしょう しょうゆ とりがらだし			
15 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				747	23.9
	しゅしよく &しゅさい	スパゲティミートソース	スパゲティ あぶら オリーブオイル さとう こむぎこ	ぶたにく だいず	にんじん たまねぎ にんにく セロリ パセリ マッシュルーム トマト	ケチャップ 塩 しょうゆ こしょう ウスターソース デミグラスソース 鶏ガラだし			
	ふくさい	カリカリれんこんサラダ	あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら		こまつな もやし にんじん とうもろこし れんこん	塩 酢 しょうゆ			
	デザート	レモンケーキ	こむぎこ さとう マーガリン(乳不使用)	とうにゅう おから	レモンかじゅう	ベーキングパウダー			
16 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		りんごジュース		564	21.1
	しゅしよく	ごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	さばのみそカレーやき	(さとう)	(さば みそ)		(酒 カレー粉 みりん)			
	ふくさい	ごぼうのきんぴら	さとう あぶら ごまあぶら ごま	ちくわ	にんじん ごぼう	しょうゆ 塩			
	しるもの	とんじる ★	じゃがいも あぶら	ぶたにく みそ	ごぼう だいこん ねぎ にんじん こんにゃく	かつおだし にぼしだし こんぶだし 酒 しょうゆ			

★☆☆1年生の給食がはじまります☆☆★

たのしい給食の時間となりますように！

19 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				534	19.5
	しゅしよく	ハニートースト	しょくパン マーガリン さとう はちみつ						
	ふくさい	ポテトサラダ	じゃがいも さとう マヨネーズ(卵不使用)		にんじん きゅうり とうもろこし	酢 塩 こしょう			
	しるもの	チキンのにこみスープ	じゃがいも オリーブオイル	とりにく	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ こまつな	鶏ガラだし 塩 こしょう しょうゆ パプリカ			
20 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				675	19.1
	しゅしよく &しゅさい	ポークカレー	こめ むぎ あぶら こむぎこ はちみつ オリーブオイル	ぶたにく	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ りんご トマト	鶏ガラだし カレー粉 塩 ガラムマサラ チャツネ こしょう オールスパイス しょうゆ ケチャップ ウスターソース ワイン 中濃ソース パプリカ			
	ふくさい	てづくりふくじんづけ	さとう		きゅうり だいこん れんこん にんじん しょうが	みりん 酢 しょうゆ			
	デザート	オレンジゼリー	さとう	アガー	オレンジかじゅう				



令和3年 4月分 よていこんだて表(2)



戸田市立戸田東小学校

ひ ようび	りょうり しゅるい	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけ みほん	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (グラム)
			ねつやちからになる	ちやくをつくる	からだのちようしをととのえる	ちようみりよう・そのた			
21 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				638	19.2
	しゅしょく	ガーリックフランスパン	フランスパン オリーブオイル		にんにく パセリ	塩			
	ふくさい	ハムサラダ	ごまあぶら さとう	ハム	にんじん キャベツ きゅうり	しょうゆ 酢 塩 ワイン			
	しるもの	コーンシチュー ★	こむぎこ あぶら じゃがいも	とりにく とうにゅう	セロリ たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	鳥がらだし 塩 ワイン こしょう			
	デザート	あまなつ			あまなつ				
22 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				531	25.9
	しゅしょく	ごはん	こめ						
	しゅさい	さわらのてりやき	(さとう)	(さわら)		(酒 みりん しょうゆ)			
	ふくさい	ほうれんそうのごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう にんじん きりぼしだいこん	しょうゆ			
	しるもの	キャベツのみそしる		あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ たまねぎ	かつおだし にぼしだし こんぶだし			
23 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				552	18.4
	しゅしょく	チキンライス	こめ むぎ オリーブオイル	とりにく ベーコン	とうもろこし たまねぎ トマト えだまめ マッシュルーム にんじん	塩 こしょう ケチャップ 鶏ガラだし			
	ふくさい	あおのりポテトビーンズ	じゃがいも あぶら	だいず あおのり		塩			
	しるもの	コンソメスープ	オリーブオイル	ベーコン	にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ パセリ	鶏ガラだし 塩 こしょう しょうゆ			
	デザート	さくらゼリー	(さとう みずあめ)		(さくらんぼかじゅう レモンかじゅう)				
26 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				612	24.7
	しゅしょく	わかめごはん	こめ むぎ ごま	わかめ		塩			
	しゅさい	とりのくわやき	さとう	とりにく みそ		酒 みりん			
	ふくさい	ほうれんそうのおかかあえ	さとう	かつおぶし	ほうれんそう にんじん もやし	しょうゆ			
	しるもの	カレーふうみのけんちんじる	あぶら じゃがいも	みそ ぶたにく	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	かつおだし にぼしだし こんぶだし カレー粉			
	デザート	さくらゼリー	(さとう みずあめ)		(さくらんぼかじゅう レモンかじゅう)				
27 (火)	のみもの	りんごジュース			りんごかじゅう			539	17.7
	しゅしょく	むぎごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	マーボー豆腐	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	ぶたにく だいず とうふ みそ	しょうが にんにく たけのこ にんじん ねぎ しいたけ	鶏ガラだし 塩 豆板醤 甜麺醤 酒 みりん しょうゆ			
	ふくさい	ちゅうかふうあさづけ	さとう ごまあぶら あぶら		キャベツ きゅうり にんじん	塩 しょうゆ			
	しるもの	はるさめスープ	はるさめ ごまあぶら	とうふ	きくらげ とうもろこし にんじん はくさい チンゲンサイ ねぎ	鶏ガラだし 塩 しょうゆ			
28 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				574	21.2
	しゅしょく	ツナマヨサンド	(コッペパン) マヨネーズ(卵不使用)	ツナ	きゅうり たまねぎ パセリ	塩 こしょう			
	ふくさい	ジャーマンポテト	じゃがも オリーブオイル	ソーセージ	たまねぎ パセリ	塩 こしょう			
	しるもの	ミネストローネ	マカロニ オリーブオイル	ベーコン ひよこめめ	たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト	塩 こしょう しょうゆ 鶏ガラだし トマトピューレ			
	デザート	かわちばんかん			かわちばんかん				
29 (水)	昭和の日								
30 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				701	26.4
	しゅしょく &しゅさい	やきにくどん	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ ビーマン あかパプリカ きパプリカ しょうが たまねぎ にんにく りんご	しょうゆ 酒 豆板醤 みりん 塩 こしょう			
	しるもの	あおさのみそしる		とうふ みそ あおさ	こねぎ だいこん	かつおだし にぼしだし こんぶだし			
	デザート	フルーツポンチ	さとう		おうとう パインアップル みかん こんにゃくゼリー	塩			

※ 使用している食材をすべて記載しているわけではありません。アレルギー等のお問い合わせは、栄養士までご相談ください。
 ※ 材料の入荷等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
 栄養事務室直通 TEL (048-444-1751)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
1ヶ月平均	605	22.3	20.4	80.9	2.3
文部科学省基準	650	21~33	14~22	80~110	2.0



保護者の方へ
 給食当番の順番がまわって
 きましたら、白衣の洗濯をお
 願いします。また、清潔なマ
 スクの持参もお願いします。



★★給食室からのお知らせ★★

今年度の食物アレルギーの対応について、既に昨年度お知らせをさせて
 いただきました。対応が必要な児童の家庭へは資料を配付・除去食の
 対応を致します。年度途中でも「食物アレルギー」だと分かった場合、担任
 を通して、または給食室へご連絡ください。