



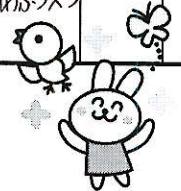
令和7年 4月分 よていこんだて表(1)



戸田市立戸田第二小学校

日 曜 日	料理の 種類	献立名	食 品 名				もりつけず	エネルギー	たんぱく質
			ねつ ちから 熱や力になる	ち にく つく 血や肉を作る	からだ ちやうし 体の調子を整える	ちやうみりやうほか 調味料他		(キロカロリー)	(グラム)
11 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				575	22.6
	しゅしよく	ごもくずし	こめ さとう	あぶらあげ こうやとうふ	にんじん ごぼう かんぴよう ほししいたけ	鯉昆布だし 酢 塩 酒 みりん しょうゆ			
	しゅさい	しんじゃがいもの そばろあんかけ	じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	とりにく	しょうが たまねぎ にんじん さやえんどう	鯉だし 塩 みりん みそ しょうゆ 酒			
	しるもの	ひきなじる	あぶら	とりにく あぶらあげ	ごぼう にんじん もやし はくさい こまつな	鯉だし 酒 塩 しょうゆ			
14 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				592	25.2
	しゅしよく &しるもの	にくじるうどん	うどん さとう	ぶたにく あぶらあげ	にんじん しめじ ごぼう ながねぎ	鯉煮干し昆布だし 酒 塩 しょうゆ みりん			
	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	やさいの ピリからソースあえ	さとう ごまあぶら	ツナ	きゅうり もやし にんじん ながねぎ しょうが	しょうゆ 豆板醤 酢			
1年生の給食が始まります！									
15 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				654	19.9
	しゅしよく	まるパン	(こむぎこ さとう)			(イースト 塩)			
	しゅさい	コロッケ	(パンこ じゃがいも) あぶら		(にんじん たまねぎ)	(塩 しょうゆ ワイン こしょう) ソース			
	ふくさい	コールスローサラダ	さとう マヨネーズ		きゅうり キヤベツ とうもろこし	りんご酢 塩 こしょう			
	しるもの	コーンチャウダー ★	あぶら ソイバター こむぎこ じゃがいも	とりにく とうにゅう	にんじん たまねぎ パセリ とうもろこし	鶏ガラだし 塩 ワイン こしょう			
1年生のみなさん、いよいよ給食がスタートします。戸二小の給食は、学校にある給食室で作っています。調理員さんたちがみんなが元気に学校生活を送ることができるように たっぷりの愛情をこめていきます。毎日の給食を楽しみにしていただいね♪ オープンキッチンから、給食を作る様子が見れますよ。									
16 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				615	27.7
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	さばのカレーたつたあげ	かたくりこ あぶら	さば	しょうが にんにく	しょうゆ 酒 みりん カレー粉			
	ふくさい	かいそうサラダ	さとう あぶら ごまあぶら	かいそう	とうもろこし きゅうり	酢 辛子粉 しょうゆ			
	しるもの	はるやさいのみそしる		なまあげ	キャベツ さやいんげん たまねぎ	鯉だし みそ			
17 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				571	27.2
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	わふうミートローフ	パンこ さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん しそのは	しょうゆ 塩 こしょう みそ 酒 みりん			
	ふくさい	キャベツのおかかあえ	さとう	かつおぶし	キャベツ もやし	塩 しょうゆ			
	しるもの	さわにわん	あぶら	ぶたにく あぶらあげ	ごぼう にんじん たけのこ だいこん ながねぎ	鯉昆布だし 酒 塩 こしょう しょうゆ			
18 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				582	30.0
	しゅしよく	わかめごはん	こめ むぎ	わかめ					
	しゅさい	かつおのりごまあげ	かたくりこ あぶら ごま	かつお あおのり	しょうが	しょうゆ みりん 酒			
	ふくさい	からしあえ	さとう		もやし こまつな にんじん	辛子粉 しょうゆ			
	しるもの	にくだんごのスープ	あぶら	(とりにく)	たまねぎ にんじん キャベツ ごぼう	鯉昆布だし しょうゆ みりん 塩			
21 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				588	20.5
	しゅしよく &しゅさい	むぎごはん チキンカレー ★	こめ むぎ じゃがいも あぶら はちみつ こむぎこ ソイバター	とりにく	にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマト	鶏ガラだし こしょう パプリカ ケチャップ ソース チャップ かつお しょうゆ 塩 カレー粉 アツタ しょうゆ			
	ふくさい	こまつナサラダ	あぶら ごまあぶら さとう	ツナ	こまつな もやし にんじん とうもろこし	酒 しょうゆ 酢 塩			
	くだもの	はっさく			はっさく				
	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
22 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				578	27.2
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	たらげんきソース	あぶら ごまあぶら さとう (かたくりこ)	(たら)	しょうが にんにく にら	しょうゆ 酢 豆板醤			
	ふくさい	さんしよくあえ	さとう ごまあぶら		こまつな もやし にんじん	しょうゆ 酢 塩			
	しるもの	いなかじる	じゃがいも あぶら	とりにく なまあげ だいず	ごぼう にんじん しめじ ながねぎ	煮干しだし みそ			
23 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				577	27.2
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	とりにくのみそやき	さとう ごまあぶら	とりにく		みそ しょうゆ みりん			
	ふくさい	きりぼしだいごんの さっぱりあえ		ツナ	きりぼしだいごん きゅうり にんじん	しょうゆ 酢 酒			
	しるもの	やさいたっぷり わふうスープ		かまぼこ とうふ	たまねぎ はくさい ごぼう しょうが こまつな	鯉昆布だし しょうゆ みりん 塩			

◆ 食物アレルギー対応のため、マーガリン（乳不使用）、マヨネーズ（卵不使用）を使用しています。
※ 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。アレルギー等で知りたい食品がありましたら、栄養教諭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。
※ 栄養価は8訂成分表で計算をしています。





令和7年 4月分 よていにんだて表(2)

戸田市立戸田第二小学校

日 曜	料理の 種類	献立名	熱や力になる	血や肉を作る	体の調子を整える	調味料他	もりつけず	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
24 (木)	のみもの	りんごジュース			りんごジュース			539	27.2
	しゅしょく	ツイストパン	(こむぎこ さとう)			(イースト 塩)			
	しゅさい	ポークビーンズ ★	じゃがいも さとう オリーブオイル	ぶたにく だいず	にんにく たまねぎ セロリ にんじん トマト	豚骨だし ケチャップ トマトピューレ ワイン 塩 しょうゆ ソース パプリカ オリーブオイル			
	ふくさい	だいこんサラダ	さとう オリーブオイル		だいこん キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ	しょうゆ りんご酢 塩			
25 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				513	19.4
	しゅしょく	げんきビビンバ	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら	とりにく だいず	もやし こまつな にんじん にんにく しょうが ほししいたけ きりぼしだいこん	しょうゆ 一味唐辛子 酒 塩 みそ 酢			
	ふくさい	もやしときゅうりの 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	一味唐辛子 しょうゆ			
	しるもの	トックスープ	トック ごまあぶら	とりにく わかめ	ながねぎ しょうが にんじん えのきたけ	鶏ガラだし 塩 しょうゆ			
28 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				567	21.6
	しゅしょく	ごはん	こめ						
	しゅさい	あかうおのねぎしおやき	(ごまあぶら あぶら)	(あかうお)	(しょうが にんにく レモンかじゅう ながねぎ)	(塩 こしょう)			
	ふくさい	しおこんぶあえ	ごまあぶら	しおこんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ			
	しるもの	すましじる	かたくりこ	かまぼこ	だいこん にんじん こまつな ながねぎ えのきたけ	鰹だし しょうゆ 塩 みりん			
30 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				537	23.7
	しゅしょく	たけのこごはん	こめ あぶら さとう	とりにく	たけのこ にんじん さやえんどう	鰹昆布だし 塩 酒 しょうゆ みりん			
	しるもの	いもだんごじる	(じゃがいも)	とりにく あぶらあげ	にんじん キャベツ ながねぎ	鰹昆布だし 塩 しょうゆ みりん			
	デザート	はるのフルーツゼリー	(はちみつ)	(かんてん)	もも りんご (いちご)				
1ヶ月の 栄養価	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)			
	平均値	576	23.9	20.1	76.6	2.2			
	基準値	650	21~33	14~22	80~110	2.0			

★ ラッキーメニューのひ → ★ がついているこんだてには、ほしがたにんじんか、ちがうかたち（ハートやおはなもあるよ）のにんじんがはいっているかも！
にんじんがいのやさいもあるかも？！みんなさがしてね！はいてたひとは、なにかいいことあるかもしれませんね♪

ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学年がはじまり、給食もスタートします！
食事は成長や健康のためにエネルギーや栄養をとるだけでなく、
家族や友人と食事をする事で、人と人とのつながりを深めたり、
心を和ませたりする役割もあります。そこで大切になるのが「食
事のマナー」です。一緒に食事をする人が気持ちよく食べること
ができるように、意識できると素敵ですね！右側のページの「給
食の時間の過ごし方」を確認しておきましょう。

★★ HP・Facebookの紹介 ★★

戸二小では学校の様子をFacebookで配信をしていま
す。毎日の給食の献立や様子も紹介しています。また、
給食で人気のあった献立やリクエストのあったメニュー
はHPにて、レシピを公開中です。ぜひご覧ください。

★ HP

<https://www.toda-c.ed.jp/site/toda2-e/>

★ Facebook

<https://www.facebook.com/to2shou/>



◆◆お知らせ◆◆

戸二小は、給食の予定献立表は「Home &
School」での配信を行っております。1年生は登
録期間として、4・5月は紙でも配布をさせてい
ただきます。

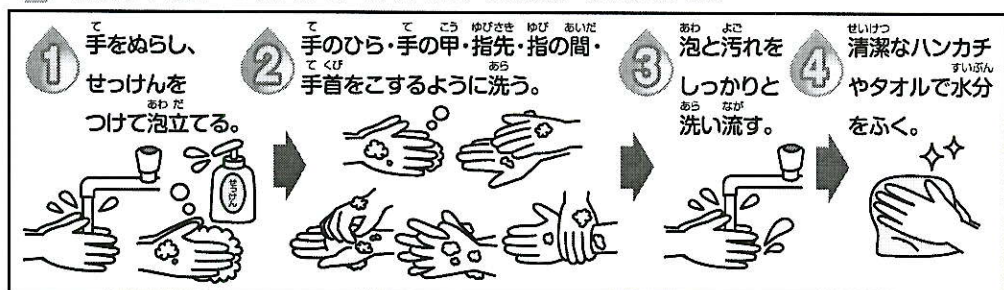
予定献立表を紙で希望される方は新校舎2階の
配膳室前にあるボックスより、お取りください。

給食時間の過ごし方

全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけ
ることが大切です。また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはなりませんので、
食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。



給食の前に、必ず手をきれいに洗いましょう。



給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。



一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。
汁物は底からよくかき混ぜ、具と汁を均等に盛り付けます。
トングを使うときは、料理が崩れないように優しくはさんで盛り付けます。

給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

