



4がっ こんだてひょう



令和6年度

流山市立江戸川台小学校

日にち	おはしの日	こんだてめい		あか	みどり	きいろ	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)
		ごはん パン めん	おかず デザート	おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちようしをととのえるものになる	おもにエネルギーのもとになる		
11	木	【祝 ご進級】 さくらずし	さわにわん フルーツしらたま	ぎゅうにゅう ぶたかたにく あぶらあげ たまご	にんじん わけぎ だいこん ごぼう たけのこ えのき えだまめ かんぴょう さくらのはな みかん パイン もも かんてん	こめ だんご さとう あぶら ごま	671	22.1 15.6 2.00
12	金	コーンわかめ ラーメン	パンパンジー ふわふわマーラーカオ	ぎゅうにゅう わかめ とりむねにく ぶたかたにく みそ たまご	にんじん こまつな たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり もやし コーン きりぼしだいこん	ちゅうかめん こむぎこ さびざとう はちみつ あぶら ごま	576	27.2 22.1 2.30
15	月	ごまきなこ あげパン	ちゅうかサラダ かぶのちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ぶたかたにく ハム きなこ とうふ	にんじん かぶのは ねぎ かぶ キャベツ きゅうり えのき	コッペパン はるさめ さとう あぶら ごま	618	23.1 27.1 2.30
16	火	ごはん	さわらのしょうゆつけやきなのはなあえ はるやさいのどんじる しらぬい (清見オレンジとボンカンの交配種)	ぎゅうにゅう さわら とうふ あぶらあげ みそ	にんじん なのはな かぶのは たまねぎ かぶ キャベツ もやし たけのこ コーン しらぬい	こめ じゃがいも さとう	643	28.9 18.4 2.30
17	水	いなかうどん	あげどりと じゃがいものにも のやさいのからしあえ	ぎゅうにゅう ぶたかたにく とりむねにく あぶらあげ	にんじん なのはな こまつな ねぎ もやし たけのこ しいたけ たまねぎ こんにゃく グリンピース	うどん じゃがいも こめこ さとう あぶら	528	27.1 21.0 2.60
18	木	さんさいおこわ	あじのなんばんづけ かきたまじる あまなつ	ぎゅうにゅう とりむねにく あじ とうふ なたと たまご	にんじん パプリカ みつば たまねぎ ねぎ うど ふき えのき あまなつ	こめ もちこめ てんぷん さとう あぶら	636	31.1 20.0 2.20
19	金	【祝 ご入学】 チキンライス	ABCスープ 入学おめでとうゼリー	ぎゅうにゅう とりむねにく ぶたかたにく ベーコン	にんじん ほうれんそう ビーマン トマト たまねぎ キャベツ セロリー エリンギ コーン	こめ おぎ マカロニ じゃがいも ゼリー あぶら	597	23.2 15.8 1.80
22	月	ソースやきそば	あおなとわかめのスープ あんにんどうふ	ぎゅうにゅう わかめ あおりのり ぶたかたにく とうふ なたと	にんじん チンゲンサイ ビーマン わけぎ キャベツ もやし しいたけ みかん パイン もも	ちゅうかめん さとう あんにんどうふ あぶら	548	20.9 19.0 2.70
23	火	カレーライス	キャベツのスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ヨーグルト ぶたかたにく とりむねにく ベーコン	にんじん パセリ たまねぎ キャベツ セロリー コーン	こめ じゃがいも さとう あぶら カレールー	694	25.0 19.0 2.30
24	水	わかめごはん	にくじゃが かぶのみそじる	ぎゅうにゅう わかめ ぶたかたにく とうふ あぶらあげ みそ	にんじん かぶのは たまねぎ ねぎ かぶ えのき グリンピース こんにゃく	こめ じゃがいも さとう あぶら ごま	645	25.9 19.1 2.50
25	木	たけのごはん	さわらのきのみそやき おひたし おふのすましじる	ぎゅうにゅう わかめ とりむねにく さわら なたと かつおぶし みそ	にんじん こまつな わけぎ パセリ キャベツ もやし えのき たけのこ えだまめ	こめ ふ さとう	551	26.9 15.4 2.40
26	金	ナポリタン	ツナとキャベツのサラダ てづくりスコーンの いちごソース	ぎゅうにゅう とりむねにく ベーコン ツナかん ゼラチン	にんじん ビーマン トマト パセリ こまつな たまねぎ キャベツ きゅうり エリンギ コーン いちご レモン	スパゲティー こむぎこ てんぷん さとう あぶら バター ごま	625	25.0 22.0 1.90
30	火	カラフルピラフ	チーズサラダ さわやかおまめのスープ	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム ウインナー ベーコン いんげんまめ	にんじん なのはな たまねぎ キャベツ きゅうり コーン グリンピース	こめ おぎ こめこ じゃがいも あぶら	623	23.4 19.8 1.60

★食材は、入荷の都合により一部変更することがあります。ご了承ください。

《今月の食材産地》

- 流山市…米、小松菜、わけねぎ、しいたけ
- 千葉県…ねぎ、かぶ、大根、菜の花、萵
- 鹿児島県…じゃがいも、不知火
- 北海道…たまねぎ、じゃがいも、
- 高知県…しょうが □熊本県…甘夏
- 徳島県…にんじん □栃木県…もやし、うど
- 青森県…にんにく、ごぼう □熊本県…甘夏
- 愛知県…キャベツ、ふき
- 長野県…しめじ、えのきだけ、エリンギ
- 茨城県…きゅうり、れんこん、豚肉

ご進級、ご入学、おめでとうございます。

1年生は、19日(金)から給食が始まります。

【給食の持ち物】

- ★はし ★ナプキン ★ハンカチ ★くちふきタオル

◎毎日、使うものです。清潔なものを持って来てください。

みんなで協力をして、マナーを守って楽しい給食時間にしましょう。



今月の平均栄養価	611	25.3 19.5 2.20
学校給食摂取基準	650	27.5 21.6 2.00

保護者の方へ・・・給食費について

給食費は、月額4,300円です。一食当たりの単価は260円です。

転出される方や病欠療養などで、5日以上連続して欠席される方は、給食費の減額ができます。給食を停止したい日の3日前までにご連絡ください。

また、第3子以降給食費無償化の申請は、継続の場合も、毎年申請が必要です。届出書様式は【市HP】より用紙をダウンロードし、5月10日までに提出してください。また、食物アレルギー等で、牛乳を停止される場合も同様に毎年申請が必要です。担任をとおして栄養士まで、ご連絡ください。

