



# 4月 こんだてひょう

令和7年度

学校ホームページ



流山市立八木北小学校

日 付 日 付 日 付	お は し い う い う	こんだてめい		あか	みどり	きいろ	エネルギー (kcal)	たんぱく じし(g)		
		ごはん	パン	めん	あかず デザート	おもにからだをつくる もどになる	おもにからだのちようしを どとのえるもどになる	おもにエネルギーの もどになる		
11 (金)		マーボーどん	とりにくとキャベツのパイタンスープ あんにんどうふ	ぎゅうにゅう とうふ ふたにく だいすみそ とりにく	たけのこ ねぎ にんじん しいたけ にんにく しうが キャベツ もやし コーン こまつな みかん もも パイン	こめ むぎ さとう あぶら あんにんどうふ	27.5 695	21.1 1.9		
14 (月)		ごはん	さばのごまみそだれ わふうあえ じゃがいものそぼろじる	ぎゅうにゅう さば みそ あぶらあげ ぶたにく	キャベツ もやし にんじん こまつな えのきたけ だいこん ねぎ しうが	こめ さとう ごま じやがいも でんぶん	28.4 612	21.0 2.0		
15 (火)		ちゃんぽんうどん	つくねとやさいのもの こめこのいちごむしパン	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かまぼこ つくね とうにゅう	にんにく しうが はくさい にんじん たけのこ しいたけ ねぎ こまつな たまねぎ こんにゃく いんげん いちご	うどん あぶら じやがいも さとう こめこ	23.9 632	21.4 2.4		
16 (水)		やきにくチャーハン	はるさめサラダ ちゅうかコーンスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ たまご ヨーグルト	にんにく しうが ねぎ チングンサイ もやし にんじん きゅうり キャベツ コーン こまつな	こめ むぎ さとう あぶら はるさめ ごま でんぶん	24.4 628	20.3 2.3		
17 (木)		おさかなメンチカツ バーガー	コールスローサラダ やさいのこめこスープ せとか	ぎゅうにゅう おさかなメンチ ハム とうにく なまクリーム	コーン キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ しめじ はくさい こまつな せとか	パン あぶら こめこ じやがいも バター	25.0 643	26.1 2.4		
18 (金)		1ねんせいきゅうしょくかいし		ハヤシライス	ミートボールとやさいのスープ おいわいゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム ミートボール	たまねぎ にんじん しめじ パセリ トマト キャベツ えのきたけ コーン こまつな	こめ むぎ あぶら じやがいも こめこ さとう おいわいゼリー	23.2 666	21.3 2.2
21 (月)		スペゲティー ミートソース	ひよこまめのスープ フルーツカクテル	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ とうにく ひよこまめ	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト キャベツ コーン こまつな みかん もも パイン	スペゲティ あぶら さとう ジャがいも ゼリー	24.9 587	15.0 2.1		
22 (火)		たけのこごはん	とうふハンバーグのおろしソース はるキャベツのみぞしる	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふハンバーグ わかめ とうにく とうふ みそ	たけのこ えのきたけ だいこん キャベツ にんじん ねぎ	こめ さとう でんぶん じやがいも	26.2 602	22.0 2.3		
23 (水)		きなこあげパン	いりたまごとやさいのソテー ワンタンスープ	ぎゅうにゅう きなこ スクランブルエッグ ワインナー ぶたにく なると	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン もやし しめじ ねぎ こまつな しうが	パン あぶら さとう ワンタンのかわ	23.9 615	25.7 2.4		
24 (木)		ごはん	さわらのたつたあげ ごまあえ とうにゅうみぞしる	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく とうにゅう みそ	しうが もやし キャベツ こまつな にんじん たまねぎ だいこん こんにゃく ねぎ こまつな	こめ でんぶん あぶら ごま さとう じやがいも	28.0 632	22.3 2.0		
25 (金)		ポークカレーライス	じゃこサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク チーズ ちりめんじゃこ くきわかめ	にんにく しうが たまねぎ にんじん グリンピース りんご キャベツ きゅうり ごぼう	こめ あぶら こむぎこ バター ジャがいも ごま	24.2 664	23.2 2.1		
28 (月)		カミカミメニュー カミカミどん	きりぼしだいこんのごまづあえ あつあげのみぞしる りんご	ぎゅうにゅう ぶたにく くきわかめ あつあげ みそ ハム	しうが たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく ピーマン えのきたけ ねぎ こまつな きりぼしだいこん きゅうり りんご	こめ むぎ あぶら さとう ごま	26.6 637	19.7 2.4		
30 (水)			にくじやが きぬさやととうふのみぞしる かわちばんかん	ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめんじゃこ とうふ わかめ みそ	うめ たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん きぬさや だいこん ねぎ かわちばんかん	こめ むぎ ごま じやがいも さとう	26.3 605	15.7 2.3		
※ 食材入荷の都合により、献立が変更になる場合があります。 ※ はし、マスク、ハンカチ、ナプキンは清潔なものをご持参ください。							今月の 平均栄養価	632 25.5 21.1 2.2		
							学校給食 摂取基準	650 21.6 2.0		

## 進級おめでとうございます！

新年度がスタートしました。給食も11日から開始です。学校給食は、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、児童の成長や健康増進を図り、準備から食事、片付けまでを通して、望ましい食習慣や食に関する知識が身につくようにすることを目的としています。ご家庭でも給食を話題にしたり、食事の準備や買い物などのお手伝いを通して食に興味・関心を持たせたり、はしの持ち方や食事のマナーについてご指導をお願いいたします。



そして、調理を担当するのは日本給食(株)のみなさんです。今年度も、安心安全な給食を提供出来るよう取り組んでいきます。学校ホームページでは、給食ができる様子や給食のレシピなども紹介していますので、どうぞご覧下さい。※上記のQRコードからホームページにつながります。

## 【給食停止について】

病気等を理由に、連続する5日以上給食の提供が不要となる場合、連絡を受けた3日後(休日を除く)から給食を停止し、給食費の減額が可能となります。給食の停止を希望する場合は、担任又は学校へ必ず申し出てください。その際、「流山市学校給食(停止・再開)届」を学校に提出して下さい(流山市教育委員会学校教育課のホームページからもダウンロードできます)。給食の停止・再開については、食材発注の都合がありますので、速やかにご連絡をお願いいたします。