



4月の予定献立表



令和8年度

志木市立宗岡第二小学校

日	曜	こんだてめい		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	おもにからだをつくる しよくひん(あか)	おもにねつやちからになる しよくひん(きいろ)	おもにからだのちようしを ととのえるしよくひん(みどり)
		しよく	のみも					
13	月	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	614	24.1	ぶたにく えだまめ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら はくりきこ さとう さんおんとう	たまねぎ にんにく にんじん マッシュルーム こまつな キャベツ トマトかん
14	火	ちゅうかめん 	ぎゅうにゅう 	682	30.2	ぶたにく とうふ あかみそ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん でんぷん シュウマイのかわ ごまあぶら	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ たらねぎ コーン たまねぎ ほししいたけ
15	水	ごはん 	ぎゅうにゅう 	542	25.9	ほっけ ひじき だいず あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぷん さんおんとう ごまあぶら	きりぼしだいこん にんじん だいこん キャベツ ねぎ こまつな
1年生は「牛乳」のみです								
16	木	ほたてふうごはん 	ぎゅうにゅう 	578	27.9	とりにく あぶらあげ ほたてかいばしらみずに なまあげ ぎゅうにゅう	こめ でんぷん あぶら ごまあぶら しろごま じゃがいも	キャベツ にんじん だいこん ばんのうねぎ
1年生は「牛乳」のみです								
17	金	スパゲティ 	ぎゅうにゅう 	711	29.8	ぶたにく ぎゅうにゅう かいそうさらだ たまご しろいんげんまめ なまクリーム ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら ごまあぶら さんおんとう はくりきこ パター くろごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー キャベツ トマトピューレ きゅうり
1年生は「牛乳」と「フラワーロールパン」を食べます								
20	月	たけのこごはん 	ぎゅうにゅう 	543	28.5	さけ あぶらあげ とりにく なまあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ もちこめ さんおんとう あぶら しろごま くろごま	たけのこ にんじん キャベツ かぶ
1年生 完全給食開始								
21	火	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	633	22.7	ぶたにく えだまめ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら ごまあぶら じゃがいも はくりきこ はちみつ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし
22	水	ごはん 	ぎゅうにゅう 	580	28.5	ぶたにく チーズ あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら パンこ オリーブあぶら さんおんとう こんにゃく	たまねぎ にんにく しめじ トマトかん にんじん だいこん ほししいたけ ばんのうねぎ
23	木	はるいろチャーハン 	ぎゅうにゅう 	537	24.8	たまご さくらえび とりにく ウィナー ぎゅうにゅう	こめ あぶら ごまあぶら さんおんとう じゃがいも	こまつな もやし にんじん きゅうり にんにく たまねぎ しめじ キャベツ
24	金	ツイストパン 	ぎゅうにゅう 	629	28.6	とりにく バーコン ぎゅうにゅう	パン おおむぎ でんぷん あぶら ノンエッグマヨネーズ オリーブあぶら じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり にんじん セロリー トマトかん
27	月	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	540	23.6	たまご ぶたにく なまあげ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら でんぷん ごまあぶら	しょうが にんにく ねぎ たら にんじん たけのこ こまつな ほししいたけ たまねぎ もやし
28	火	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	539	29.7	ホキ チーズ あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら ノンエッグマヨネーズ	パセリ キャベツ きゅうり あかピーマン たまねぎ かぶ こまつな
29	水	昭和の日						
30	木	ゆかりごはん 	ぎゅうにゅう 	548	22.1	ぶたにく とうふ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも しらたき さんおんとう こんにゃく ごまあぶら あぶら	ごぼう にんじん たまねぎ ゆかり だいこん ねぎ こまつな

★志木市減塩プロジェクト・・・毎月1番塩分の少ない日にお知らせしています。

☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。

◆1年生は4月16日(木)～20日(月)は簡易給食です。

・4月16日(木)17日(金)は牛乳だけ飲みます。20日(月)は牛乳とフラワーロールパンを食べます。



志木市減塩プロジェクトのロゴマークです

ご入学、ご進級おめでとようございます。

新学期がスタートしました。今年度も元気に楽しい学校生活を過ごせるよう、(株)東洋食品の調理員さん9名と栄養士 大塚で「安心・安全
でおいしい給食」を心をこめて調理してまいります。どうぞよろしく願いいたします。