



4月分予定献立表 (小学校)



入学式

令和7年度

Aブロック (一小・三小・八小・十小)

武蔵村山市防災食育センター

(042-516-9020)

日・曜	牛乳	こ ん だ て め い	ちやにくをつくるもの (あかのしょくひん)	ねつやちからとなるもの (きいろのしょくひん)	からだのちょうしをととのえるもの (みどりのしょくひん)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
11・金	○	ごはん みそしる サバのぶんかぼしやしき にびたし	ぎゅうにゅう、わかめ とうふ、サバ(さかな)	こめ、あぶら、さとう	ながねぎ、はくさい こまつな、しめじ	607 29.5
14・月	○	キャロットライスシーフードクリームソース ビーンズサラダ(クリーミーフレンチドレ) カラオレンジ	ぎゅうにゅう、いか えび、ほたて スキムミルク、チーズ だいす	こめ、あぶら こむぎこ、バター	にんじん、たまねぎ、パセリ えだまめ、コーン、もやし カラオレンジ	645 26.8
15・火	いんりんきん うん	きつねごはん かきたまじる やしきシヤモ(1・2・2) ごぼうサラダ(ソイドレ)	ジョア プレーン あぶらあげ、とうふ たまご シヤモ(さかな)	こめ、さとう、ごま あぶら、でんぷん	にんじん、いとみつば ほうれんそう、しいたけ ごぼう、あかパプリカ きゅうり、もやし	623 28.5
16・水	○	ごはん にくだんごとキムチのスープ ホイコーロウ	ぎゅうにゅう にくだんごと(とり・ぶた) ぶたにく	こめ、はるさめ ごまあぶら、あぶら さとう	はくさいキムチ、はくさい チンゲンサイ、にら にんじん、しょうが にんにく、キャベツ ながねぎ、あかパプリカ	585 21.9
17・木	○	けんちんうどん しんじゃがいもごまだれかけ はるやさいとわかめのサラダ(げんえんわふうドレ)	ぎゅうにゅう とりにく、あぶらあげ なると、わかめ	うどん、あぶら こんにやく じゃがいも、さとう さんおんとう はちみつ、ごま	だいこん、ながねぎ にんじん、ごぼう、たまねぎ キャベツ	596 23.8
18・金	○	わかめごはん はるキャベツのわふうスープ サゴシのさいきょうやしき きりぼしだいこんにつけ	ぎゅうにゅう、わかめ ぶたにく サゴシ(さかな) さつまあげ	こめ、さとう、あぶら	キャベツ、しょうが にんじん、ながねぎ きりぼしだいこん	592 27.7
21・月	○	ぶたどん こまつなとコーンのいためもの ゼリーいりフルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく、ハム	こめ、むぎ、あぶら さんおんとう しらたき オレンジゼリー	にんにく、しょうが たまねぎ、ながねぎ こまつな、にんじん、コーン おうとう、パイン、りんご	633 23.9
22・火	○	マーボーどん じゃがいもとやさいのオイスターいため	ぎゅうにゅう ぶたにく、とうふ やしきぶた	こめ、さとう でんぷん、あぶら ごまあぶら じゃがいも	ながねぎ、にんじん、にら しいたけ、しょうが にんにく、いんげん、もやし	609 25.3
23・水	○	ごはん のりのつくだに とんじる いかにセサミあげ	ぎゅうにゅう ぶたにく、あぶらあげ とうふ、いか、のり	こめ、あぶら こんにやく、ごま こむぎこ、さとう	しょうが、にんじん たまねぎ、だいこん ながねぎ、ごぼう	655 31.6
24・木	○	ポークカレーライス コーンサラダ(かんきつドレ)	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク、チーズ	こめ、あぶら じゃがいも、バター こむぎこ	にんじん、たまねぎ しょうが、にんにく、りんご コーン、キャベツ、きゅうり	601 20.9
25・金	○	せきはん なのはなのすましじる とりにくのからあげ おひたし(しょうゆ)	ぎゅうにゅう、あずき かざりかまぼこ とりにく	こめ、もちごめ でんぷん、あぶら	たまねぎ、えのきたけ なのはな、しょうが にんにく、はくさい、かぶ こまつな	596 25.6

こんげつ こんだて
今月の献立より

25日 入学・進級お祝い献立

ねんせい にゅうがく しんきゅう いわ こんだて
1年生の入学、2~6年生の進級をお祝いした献立です。お赤飯
は、おめでたいときに食べる行事食です。

あじ
味めぐりツアー

ことし なつ おおさか ばんこくはくらんかい かいさい こんねんど
今年の夏に大阪で万国博覧会が開催されます。そこで今年度は
つき 月に1回、日本の料理を出します。給食を通して、日本各地の様々な
食文化に興味をもってもらいたいと思います。

にし にほん りょうり ふくおかけん
28日 日本の料理(福岡県)

きゅうしゅう ち ほくぶ いち ふくおかけん しんきい ずおん なが
九州地方の北部に位置する福岡県は、玄界灘、周防灘、
ありあけい かに せきかい せきかい せきかい
有明海に囲まれ、さまざまな魚介類が水揚げされます。農産物で
は、いちごの「あまおう」、「博多なす」が有名です。また、たけのこの
生産量は日本一です。

きせつ しょくざい つか こんだて
季節の食材を使った献立

14日 カラオレンジ
17日 新じゃが芋のごまだれかけ
18日 春キャベツの和風スープ
25日 菜の花のすまし汁
28日 たけのこご飯
30日 ミモザソテー

こんだてひょう みかた
献立表の見方

セルフ○○サンド・ドッグ — パンに具をはさんで食べる

(1・2・2) — 左から低・中・高学年1人あたりの個数

(しょうゆ)・(マヨ) — クラスごとにつくもの(○○ドレ)など

むさしむらやまし やさい くだもの つか
武蔵村山市の野菜・果物を使っています!

こんだてひょう なか ふとじ しょくひん
献立表の中で太字になっている食品は、
むさしむらやまし つく やさい くだもの
武蔵村山市で作られた野菜や果物
つか つか
を使っています。武蔵村山市の農業団体
「農友会 新鮮組」のみなさんが一生懸命
育てた新鮮な野菜が届きます。



4月分予定献立表 (小学校)



令和7年度

Aブロック (一小・三小・八小・十小)

市広報キャラクター「Mジロ」

武蔵村山市防災食育センター

(042-516-9020)

日・曜	牛乳	こ ん だ て め い	ちやにくをつくるもの (あかのしょくひん)	ねつやちからとなるもの (きいろのしょくひん)	からだのちょうしをととのえるもの (みどりのしょくひん)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	メ	モ
28・月	○	たけのごはん もずくじる がめに アスパラサラダ(マヨ)	ぎゅうにゅう あぶらあげ、もずく とりにく	こめ、あぶら こんにやく、さといも さんおんとう マヨネーズ	たけのこ、にんじん えのきたけ、こまつな ながねぎ、しょうが きぬさや、ごぼう、しいたけ グリーンアスパラ、キャベツ	596 23.5	<p>入学・進級おめでとう</p> <p>4月から武蔵村山市榎3丁目に 新設された防災食育センターから 給食を届けます。</p>	
30・水	○	きなこトースト ポークビーンズ ミモザンテ	ぎゅうにゅう、きなこ ぶたにく、だいず たまご、ウインナー	パン とうにゅうバター グラニューとう あぶら、じゃがいも さとう、こむぎこ	にんじん、たまねぎ セロリ、にんにく こまつな	636 27.5		

- ※ 太字は武蔵村山市内の野菜・果物などを予定しています。
- ※ 学校給食で使われる食材は、国の基準で安全なものを使用しています。
- ※ 天候等により使用食材や献立を変更する場合があります。
- ★ 今月のお米は、宮城県産の萌えみのりです。

クックパッドで紹介
「ハラペコ武蔵村山市のキッチン」で
検索すると給食のレシピを見ることができます♪

今月の栄養	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
	613	25.9

4月の給食目標 学校給食について知ろう!



学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康に良い食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



給食では旬の食材を取り入れています。魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただく安心です。



学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」第二条より抜粋・要約

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p>2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p>3 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>	<p>4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p>5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p>6 伝統的な食文化を理解する。</p>	<p>7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>
-------------------------------------	---	----------------------------------	--	--	-------------------------------	---