



4月分予定献立表 (小学校)



入学式

令和7年度

Bブロック (二小・村小・七小・九小・雷小)

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	○	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
14・月	○	ごはん みそしる サバのぶなかばしやき 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
15・火	○	ごはん にくだんごとキムチのスープ ホイコウロウ	ぎゅうにゅう にくだんご(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
16・水	○	きつねごはん かきたまじる やきシシャモ(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 シシャモ(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
17・木	○	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
18・金	○	けんちんうどん しんじゃがいものごまだれかけ 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
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	○	ごはん のりのつくだに とんじる いかのセサミあげ	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
23・水	○	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
24・木	○	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
25・金	○	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

入学・進級
お祝い献立

ラッキーにんじん
(ポークカレーライス)

こんげつ こんだて
今月の献立より

24日 入学・進級お祝い献立

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

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。

30日 日本料理(福岡県)

九州地方の北部に位置する福岡県は、玄界灘、周防灘、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。

季節の食材を使った献立

11日 カラオレンジ
17日 春キャベツの和風スープ
18日 新じゃがの手ごまだれかけ
24日 菜の花のすまし汁
28日 ミモザソテー
30日 たけのこご飯

献立表の見方

- セルフ〇〇サンド・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(〇〇ドレ)など

武蔵村山市の野菜・果物を使っています!

武蔵村山市で作られた野菜や果物を使っています。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)



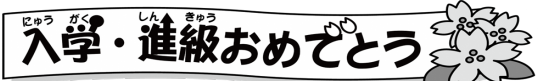

令和7年度

Bブロック (二小・村小・七小・九小・雷小)

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 (ぎいろのしょくひん)	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	○	きなこトースト ポークビーンズ ミモザソテー	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 セロリー、にんにく こまつな	636 27.5	 <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	○	たけのこごはん 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		

- ※ 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 食生活が多くなる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> 
---	---	---	--	---	---	---