



# 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)

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

にゅうがく しんきゅう  
入 学・進 級  
いっしゅう  
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**

今年度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。

にち にほん りょうり ふくおかけん  
**30日 日本の料理(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。

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**

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

こんだてひょう みかた  
**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

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  
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	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><b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p> 	<p><b>2</b> 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><b>3</b> 明るい社会性と協同の精神を養う。</p> 	<p><b>4</b> 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><b>5</b> 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><b>6</b> 伝統的な食文化を理解する。</p> 	<p><b>7</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p> 
---	---	---	--	--	---	---