令和6年度

４月分学校給食献立表

世田谷区教育委員会
学校給食太子堂調理場
TEL（3410）2754

日	曜日	献立名	牛乳	主な材料名 黄の食品 熱や力になる	赤の食品 血や肉になる	緑の食品 体の調子を整える	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]
10	水	ダイスチーズパン ひよこ豆入りミネストローネ ツナサラダ	○	ダイスチーズパン　油 じゃがいも　マカロニ 砂糖	牛乳　ベーコン　豚肉 ひよこ豆　ツナ	にんにく　セロリ　にんじん　たまねぎ キャベツ　きゅうり　ホールコーン	731	28.8
11	木	春の香りごはん 鰆の西京焼き 豆腐汁	○	米　油　砂糖　でん粉	鶏肉　油揚げ　牛乳 さわら　みそ　豆腐	にんじん　たけのこ　ねぎ　こまつな	803	40.1
12	金	セサミトースト ボルシチ ビーンズサラダ	○	食パン　バター　砂糖 ごま　油　小麦粉 じゃがいも	牛乳　豚肉　生クリーム ひよこ豆　白いんげん豆 ツナ	にんにく　セロリ　たまねぎ　にんじん トマトピューレ　キャベツ　きゅうり ホールコーン　レモン	744	29.9
15	月	カレーライス フルーツポンチ	○	米　麦　油　じゃがいも バター　小麦粉　砂糖	豚肉　チーズ　牛乳	にんにく　しょうが　たまねぎ　にんじん　アップルソース トマトピューレ　グリンピース　フルーツ缶 （桃　りんご　みかん）パイン缶	866	24.9
16	火	五目あんかけ焼きそば ごまサラダ くだもの	○	蒸し中華めん　油　でん粉 ごま油　砂糖　ごま	豚肉　いか　えび かまぼこ　うずら卵　牛乳	にんにく　しょうが　にんじん　たまねぎ きくらげ　はくさい　もやし　チンゲンサイ キャベツ　きゅうり　だいこん　清見	772	32.6
17	水	ゆかりごはん じゃがいものそぼろ煮 大根とじゃこのかりかりサラダ	○	米　麦　油　じゃがいも 砂糖　ごま油　ごま	牛乳　豚肉　凍り豆腐 うずら卵　ちりめんじゃこ	ゆかり粉　しょうが　にんじん こんにゃく　たまねぎ　グリンピース だいこん　きゅうり	823	30.6
18	木	ココアパン 魚のピザ焼き　クリームポテト いなか風豆スープ	○	ココアパン　油　砂糖 じゃがいも　バター	牛乳　メルルーサ　ベーコン チーズ　生クリーム　豚肉 白いんげん豆	たまねぎ　ピーマン　マッシュルーム にんにく　しめじ　にんじん　キャベツ	743	39.2
19	金	ごはん 生揚げの中華煮 大根とひじきのサラダ	○	米　油　砂糖　でん粉 ごま油　ごま	牛乳　生揚げ　豚肉 えび　ひじき	にんにく　にんじん　たけのこ　こんにゃく きくらげ　はくさい　チンゲンサイ　きゅうり だいこん　ホールコーン　赤パプリカ	799	33.1
22	月	黒砂糖パン コーンシチュー　わかめサラダ くだもの	○	黒砂糖パン　油 じゃがいも　バター 小麦粉　砂糖　ごま	牛乳　ベーコン　鶏肉 えび　生クリーム わかめ	たまねぎ　にんじん　マッシュルーム ホールコーン　キャベツ　きゅうり だいこん　河内晩柑	730	26.8
23	火	たけのこごはん いかのかりん揚げ かきたま汁	○	米　油　砂糖　小麦粉 でん粉	鶏肉　油揚げ　牛乳 いか　豆腐　鶏卵	にんじん　たけのこ　しょうが　ねぎ こまつな	766	35.2
24	水	あしたばパン 鶏肉のトマトソース煮 ハムサラダ　くだもの	○	あしたばパン　油　バター 小麦粉　マカロニ　砂糖	牛乳　ベーコン　鶏肉 生クリーム　ロースハム	にんにく　たまねぎ　セロリ　にんじん マッシュルーム　ホールトマト　トマトピューレ グリンピース　キャベツ　きゅうり　清見	814	32.3
25	木	大豆入りひじきごはん 小魚のから揚げ さつま汁	○	米　麦　油　砂糖 でん粉　小麦粉 さつまいも	鶏肉　大豆　ひじき 油揚げ　牛乳　わかさぎ 豆腐　みそ	にんじん　ごぼう　グリンピース だいこん　ねぎ	826	35.1
26	金	スパゲッティクリームソース コーンサラダ くだもの	○	スパゲッティ　油　バター 小麦粉　砂糖	ベーコン　鶏肉　えび 牛乳　生クリーム	にんにく　たまねぎ　にんじん マッシュルーム　キャベツ　ホールコーン 河内晩柑	771	28.5
30	火	麦入りごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き おひたし　いなか汁	○	米　麦　油　マヨネーズ 砂糖　じゃがいも	牛乳　さけ　みそ　豆腐 油揚げ	にんじん　もやし　こまつな　だいこん しめじ　ねぎ	800	38.2

献立は、食材の都合で変更することがあります。また、学校行事により給食回数が異なることがあります。

備考

ご入学・ご進級
おめでとうございます

太子堂調理場では、今年度もおいしい給食を提供できるようにがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。

新たけのこ

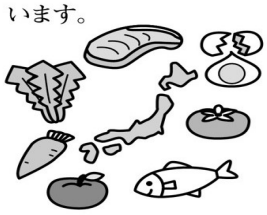
たけのこはイネ科の植物である竹の地下茎から地上に出てきた若い茎の部分のことをいいます。一般によく用いられるのは、「孟宗竹（もうそうちく）」のたけのこで、水煮のものが通年出回ります。西日本を中心に生産されており、生産量１位は福岡県です。新たけのこは３月から５月にかけてが旬です。

今月の平均栄養価	エネルギー785kcal	たんぱく質32.5g

学校給食について ～こんなことに気をつけています

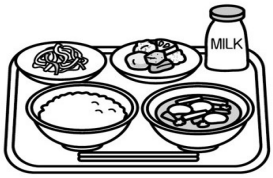
食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。



献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、１日に必要な栄養の３分の１程度がとれるようにしています。

調理・衛生

野菜や果物は流水で３回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。

令和６年度

４月分学校給食献立表

世田谷区教育委員会
学校給食太子堂調理場
TEL（3410）2754

（瀬田小学校）

日	曜日	献立名	牛乳	主な材料名 黄の食品 熱や力になる	赤の食品 血や肉になる	緑の食品 体の調子を整える	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]
10	水	春の香りごはん 鰆の西京焼き 豆腐汁	○	米　油　砂糖　でん粉	鶏肉　油揚げ　牛乳 さわら　みそ　豆腐	にんじん　たけのこ　ねぎ　こまつな	654	33.9
11	木	ダイスチーズパン ひよこ豆入りミネストローネ ツナサラダ	○	ダイスチーズパン　油 じゃがいも　マカロニ 砂糖	牛乳　ベーコン　豚肉 ひよこ豆　ツナ	にんにく　セロリ　にんじん　たまねぎ キャベツ　きゅうり　ホールコーン	587	22.8
12	金	カレーライス フルーツポンチ	○	米　麦　油　じゃがいも バター　小麦粉　砂糖	豚肉　チーズ　牛乳	にんにく　しょうが　たまねぎ　にんじん アップルソース　トマトピューレ　グリンピース フルーツ缶（桃　りんご　みかん）パイン缶	708	20.8
15	月	セサミトースト ボルシチ ビーンズサラダ	○	食パン　バター　砂糖 ごま　油　小麦粉 じゃがいも	牛乳　豚肉　生クリーム ひよこ豆　白いんげん豆 ツナ	にんにく　セロリ　たまねぎ　にんじん トマトピューレ　キャベツ　きゅうり ホールコーン　レモン	675	26.5
16	火	ゆかりごはん じゃがいものそぼろ煮 大根とじゃこのかりかりサラダ	○	米　麦　油　じゃがいも 砂糖　ごま油　ごま	牛乳　豚肉　凍り豆腐 うずら卵　ちりめんじゃこ	ゆかり粉　しょうが　にんじん　こんにゃく たまねぎ　グリンピース　だいこん きゅうり	661	26.0
17	水	五目あんかけ焼きそば ごまサラダ くだもの	○	蒸し中華めん　油　でん粉 ごま油　砂糖　ごま	豚肉　いか　えび かまぼこ　うずら卵 牛乳	にんにく　しょうが　にんじん　たまねぎ きくらげ　はくさい　もやし　チンゲンサイ キャベツ　きゅうり　だいこん　清見	653	27.2
18	木	ごはん 生揚げの中華煮 大根とひじきのサラダ	○	米　油　砂糖　でん粉 ごま油　ごま	牛乳　生揚げ　豚肉　えび ひじき	にんにく　にんじん　たけのこ　こんにゃく きくらげ　はくさい　チンゲンサイ きゅうり　だいこん　ホールコーン　赤パプリカ	630	27.4
19	金	ココアパン 魚のピザ焼き　クリームポテト いなか風豆スープ	○	ココアパン　油　砂糖 じゃがいも　バター	牛乳　メルルーサ　ベーコン チーズ　生クリーム　豚肉 白いんげん豆	たまねぎ　ピーマン　マッシュルーム にんにく　しめじ　にんじん　キャベツ	628	33.7
22	月	たけのこごはん いかのかりん揚げ かきたま汁	○	米　油　砂糖　小麦粉 でん粉	鶏肉　油揚げ　牛乳　いか 豆腐　鶏卵	にんじん　たけのこ　しょうが　ねぎ こまつな	604	29.4
23	火	黒砂糖パン コーンシチュー　わかめサラダ くだもの	○	黒砂糖パン　油 じゃがいも　バター 小麦粉　砂糖　ごま	牛乳　ベーコン　鶏肉 えび　生クリーム わかめ	たまねぎ　にんじん　マッシュルーム ホールコーン　キャベツ　きゅうり だいこん　河内晩柑	602	22.6
24	水	大豆入りひじきごはん 小魚のから揚げ さつま汁	○	米　麦　油　砂糖　でん粉 小麦粉　さつまいも	鶏肉　大豆　ひじき 油揚げ　牛乳　わかさぎ 豆腐　みそ	にんじん　ごぼう　グリンピース だいこん　ねぎ	652	28.9
25	木	あしたばパン 鶏肉のトマトソース煮 ハムサラダ　くだもの	○	あしたばパン　油　バター 小麦粉　マカロニ　砂糖	牛乳　ベーコン　鶏肉 生クリーム　ロースハム	にんにく　たまねぎ　セロリ　にんじん マッシュルーム　ホールトマト　トマトピューレ グリンピース　キャベツ　きゅうり　清見	679	27.3
26	金	麦入りごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き おひたし　いなか汁	○	米　麦　油　マヨネーズ 砂糖　じゃがいも	牛乳　さけ　みそ 豆腐　油揚げ	にんじん　もやし　こまつな　だいこん しめじ　ねぎ	644	32.6
30	火	スパゲッティクリームソース コーンサラダ くだもの	○	スパゲッティ　油　バター 小麦粉　砂糖	ベーコン　鶏肉　えび 牛乳　生クリーム	にんにく　たまねぎ　にんじん マッシュルーム　キャベツ　ホールコーン 河内晩柑	649	24.5

ご入学・ご進級おめでとうございます

太子堂調理場では、今年度もおいしい給食が提供できるようにがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。

新たけのこ

たけのこはイネ科の植物である竹の地下茎から地上に出てきた若い茎の部分のことをいいます。一般によく用いられるのは、「孟宗竹（もうそうちく）」のたけのこで、水煮のものが通年出回ります。西日本を中心に生産されており、生産量１位は福岡県です。新たけのこは３月から５月にかけてが旬です。

献立は、食材の都合で変更することがあります。また、学校行事により給食回数が異なることがあります。

今月の平均栄養価	エネルギー６４５ｋｃａｌ	たんぱく質２７．４ｇ

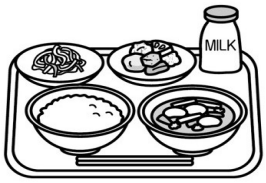
学校給食について～こんなことに気をつけています

食材

地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。

献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、１日に必要な栄養の３分の１程度がとれるようにしています。

調理・衛生

野菜や果物は流水で３回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。