

4がつ よていこんだて

給食目標：約束を守って準備や後片付けをしよう

お台場学園

日	主食	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	たんぱく質
9 水	入学・進学 お祝い 献立 レモンシュガートースト 春野菜のシチュー キャロットドレッシングサラダ	牛乳、鶏肉、レンズ豆、牛乳、生クリーム	牛乳、鶏肉、レンズ豆、牛乳、生クリーム	食パン、バター、グラニュー糖、油、じゃが芋、バター、薄力粉、三温糖	★レモン果汁、人参、玉ねぎ、キャベツ、しょうが、アスパラガス、もやし、小松菜、きゅうり、とうもろこし	563 kcal 20.0 g
10 木	チキンライス カリカリポテトサラダ レタスタまごスープ	牛乳、鶏肉、鶏肉、鶏卵	牛乳、鶏肉、鶏肉、鶏卵	精白米、油、バター、上白糖、じゃが芋、油、でん粉	しょうが、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、キャベツ、きゅうり、もやし、小松菜、レタス	580 kcal 21.1 g
11 金	ポークカレーライス オニオンドレッシングサラダ オレンジゼリー	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵	精白米、玄米、油、じゃが芋、バター、薄力粉、三温糖、上白糖	にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、もやし、★オレンジジュース	615 kcal 22.3 g
14 月	麻婆豆腐丼 ワンタンスープ リンゴ	牛乳、豚肉、豆腐、八丁みそ、鶏肉	牛乳、豚肉、豆腐、八丁みそ、鶏肉	精白米、玄米、ごま油、三温糖、でん粉、油、ワンタン皮	にんにく、しょうが、人参、長ねぎ、玉ねぎ、干しいたけ、たけのこ、チンゲンサイ、りんご	599 kcal 25.8 g
15 火	ナポリタン マセドアンサラダ チョコチップケーキ	牛乳、豚肉、ベーコン、チーズ、鶏肉、牛乳	牛乳、豚肉、ベーコン、チーズ、鶏肉、牛乳	スパゲティ、油、バター、じゃが芋、はちみつ、上白糖、薄力粉、チョコレート	にんにく、しょうが、赤ピーマン、玉ねぎ、マッシュルーム、ピーマン、人参、きゅうり	603 kcal 22.3 g
16 水	ごはん 豚のさざれ焼き 切り干し大根の炒め煮 エノキと小松菜の味噌汁	牛乳、さけ、高野豆腐、鶏肉、みそ、油揚げ	牛乳、さけ、高野豆腐、鶏肉、みそ、油揚げ	精白米、マヨネーズ(卵なし)、パン粉、油、三温糖	人参、切干し大根、干しいたけ、えのき、小松菜	614 kcal 28.8 g
17 木	ごはん のりのつくだに 肉じゃが 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳、のり、昆布、豚肉、生揚げ、みそ、豆腐、わかめ	牛乳、のり、昆布、豚肉、生揚げ、みそ、豆腐、わかめ	精白米、三温糖、水あめ、油、じゃが芋、こんにゃく	人参、玉ねぎ、干しいたけ、長ねぎ	642 kcal 31.5 g
18 金	五目ごはん にら玉あんかけ 春雨スープ	牛乳、鶏肉、油揚げ、鶏卵、鶏肉、豆腐	牛乳、鶏肉、油揚げ、鶏卵、鶏肉、豆腐	精白米、油、上白糖、★白ごま、三温糖、でん粉、緑豆春雨、ごま油	人参、ごぼう、干しいたけ、玉ねぎ、にら、しょうが、もやし、えのき、小松菜	614 kcal 31.0 g
21 月	セサミトースト ジャーマンポテト ミネストローネ	牛乳、ベーコン、豚肉、大豆	牛乳、ベーコン、豚肉、大豆	食パン、バター、★白ごま、上白糖、油、じゃが芋、マカロニ	玉ねぎ、とうもろこし、パセリ、人参、セロリ、キャベツ、トマト缶、しょうが	596 kcal 26.3 g
22 火	地産産物を味わおう ~東京都三宅島の明日葉~ 親子丼 キャベキュウおかか和え 明日葉団子	牛乳、鶏肉、鶏肉、鶏卵、糸揚げ、豆腐、きな粉	牛乳、鶏肉、鶏肉、鶏卵、糸揚げ、豆腐、きな粉	精白米、でん粉、白玉粉、上白糖	玉ねぎ、人参、干しいたけ、小松菜、キャベツ、きゅうり、明日葉	602 kcal 26.3 g
23 水	旬の食材を味わおう たけのこごはん ししゃもの磯揚げ ごま和え 豚汁	牛乳、鶏肉、油揚げ、ししゃも、鶏卵、青のり、豚肉、みそ、みそ、豆腐	牛乳、鶏肉、油揚げ、ししゃも、鶏卵、青のり、豚肉、みそ、みそ、豆腐	精白米、油、上白糖、薄力粉、油、★白ごま、★黒ごま、三温糖、じゃが芋、こんにゃく	新たけのこ、人参、キャベツ、もやし、大根、ごぼう、長ねぎ	630 kcal 28.6 g
24 木	旬の食材を味わおう 山菜うどん ツナと野菜の和え物 よもぎ煮パン	牛乳、鶏肉、ちくわ、ツナ、牛乳	牛乳、鶏肉、ちくわ、ツナ、牛乳	うどん、油、上白糖、薄力粉、甘納豆(あずき)	人参、玉ねぎ、わらび、ぜんまい、しめじ、長ねぎ、キャベツ、きゅうり、もやし、よもぎ	570 kcal 25.0 g
25 金	旬の食材を味わおう キャロットライスのクリームソースがけ フレンチドレッシングサラダ ニューサマーオレンジ	牛乳、鶏肉、牛乳、生クリーム	牛乳、鶏肉、牛乳、生クリーム	油、バター、精白米、薄力粉、三温糖	人参、玉ねぎ、エリンギ、しょうが、きゅうり、もやし、キャベツ、★ニューサマーオレンジ	614 kcal 18.1 g
28 月	お花見献立 桜色ごはん ハンバーグ コールスローサラダ わかたけの 春雨汁 ごはん	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵、牛乳、わかめ	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵、牛乳、わかめ	精白米、水稲穀粒(赤米)、油、パン粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、たけのこ	655 kcal 31.8 g
30 水	ほっけのバター醤油焼き 青菜とえのきのおひたし 沢庵漬	牛乳、ほっけ、豚肉	牛乳、ほっけ、豚肉	精白米、バター、ごま油、上白糖、油	もやし、人参、小松菜、えのき、大根、長ねぎ	577 kcal 23.6 g

※アレルギー食品には記号を表示しています ※献立は入荷などの都合により変更することがあります。

～保護者の皆様～

○給食費

昨年度に引き続き、港区の施策により給食費は無償化です。

○給食停止

病気等で5日以上連続して食べないことが事前に分かった場合、給食停止希望日の2週間前までに所定の用紙(欠食届)に記入して担任に提出してください。給食を停止します。また、長期の欠食届が提出の場合、直前に登校の連絡がありましても給食提供はできません。喫食の際には、1週間前にはご提出ください。

○給食日より、予定献立表

毎月、月末にまなびぽけっとにて配信します。お子さまと確認いただき、話題にしていればありがたいです。学校の食育についても随時お知らせいたします。今年度も食育の日の献立や行事食、旬の食材を使った料理など多彩な献立を計画しています。また、都合によりない材料を使用したり、献立が変更になったりする場合もあります。ご了承ください。

○給食当番の白衣・マスク

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食着を持ち帰りますので、次に着るお子さんが気持ちよく着られるよう、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。また、給食当番はマスクを着用して登校活動を行います。給食当番の週には必ずマスクを持たせてください。また、髪を帽子の中に入れます。髪が長いお子さんは髪を結んで登校するか、結べるよう髪ゴムを持たせてください。ご協力をよろしくお願いいたします。

