

4月 給食献立表

令和7年度

港区立小中一貫教育校 赤坂学園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
7日	8日	9日	10日	11日
<p>始業式</p> <p>入学式</p> <p>小学校入学式4月7日 中学校入学式4月8日</p>	<p>ご飯 肉じゃが 野菜のからしあえ 牛乳</p> <p>中学生 給食なし</p>	<p>ご飯 春キャベツを使った回鍋肉 中華スープ みかん入り杏仁豆腐 牛乳</p> 	<p>ガーリックトースト チリコンカン ごぼうチップスサラダ 牛乳</p>	<p>ツナにんじんご飯 千草焼き 豆腐のみそ汁 牛乳</p>
	<p>令和7年度の給食が始まります。給食は毎日給食室で朝7時から作っています。</p> <p>使用する野菜やいもは、当日に皮をむいたり、食やすい大きさに切っています。肉じゃがに使用するじゃがいもは1個ずつ芽をとっています。</p>	<p>回鍋肉は中華料理のひとつです。中国では薬にんにくを使用しますが、日本で食べられている回鍋肉はキャベツを使うのが一般的です。今回は旬の「春キャベツ」を使用しました。</p>	<p>ガーリックは英語で「にんにく」という意味です。バターとにんにくをあわせてガーリックバターを作り、パンにぬった後、オーブンで焼いて作ります。</p> <p>ごぼうチップスはごぼうを素揚げしてゆでた野菜とあわせて提供します。</p>	<p>千草とは色々な食材を取り合わせた料理に使う名称です。卵液にとり肉やひじき、旬のたけのこなどをに入れて焼いて作ります。</p> <p>みそ汁は美にあわせて出汁やみそを変えています。</p>
14日	15日	16日	17日	18日
<p>【小学校1年生給食開始】 ポークカレーライス わかめサラダ 清見オレンジ 牛乳</p>	<p>チキンライス ABCスープ レモンスカッシュゼリー 牛乳</p> 	<p>【誕生日給食】 ミートソースパゲッティ カラフルサラダ 手作りティラミス 牛乳</p> 	<p>【東京都食材給食】 ご飯 さばの江戸みそ焼き 東京都産こまつなのおひたし けんちん汁 牛乳</p> 	<p>チャーハン ジャンボぎょうざ 野菜のピリ辛漬け 牛乳</p> 
<p>この日から小学校1年生の給食が始まります。赤坂小学校のカレーライスはルワから手作りしています。6種類のスパイスを使い味つけします。</p>	<p>給食のゼリーは寒天を使ってジュースを固めて作っています。</p> <p>ABCスープにはアルファベット型のマカロニが入っています。</p>	<p>赤坂学園の給食では月に1回誕生日給食として特別なデザートを提供します。今回はイタリアの洋菓子、ティラミスを作ります。</p>	<p>東京都の食材を使った給食です。東京都でも多くの農産物が栽培されています。この日は小松菜と東京都の伝統的なみそ、「江戸みそ」を使用します。</p>	<p>ジャンボぎょうざは赤坂学園で人気メニューです。直径15センチの大きなぎょうざの皮にあんを包み、油であけて作ります。</p>
21日	22日	23日	24日	25日
<p>【BOOKメニュー給食】 まご飯 マーボー豆腐 パリパリサラダ 牛乳</p> 	<p>【入学・進級お祝い給食】 ちらし寿司 さけの塩焼き 具だくさんかきたま汁 牛乳</p> 	<p>セルフハンバーガー クラムチャウダー コーンサラダ 牛乳</p>	<p>【旬の食材を味わおう給食】 たけのこご飯 新じゃがと高野豆腐のそぼろ煮 柑橘類食べ比べ (デコボン・甘夏) 牛乳</p> 	<p>【大阪万博給食】 関西うどん 串カツ (豚肩肉・豚ひれ肉) 即席漬け 牛乳</p> 
<p>令和7年度より本に出てくる、もしくは本の内容にちなんだ料理を「BOOKメニュー給食」として提供します。</p> <p>有名なシリーズやあまり知られてないおすめの本など、様々な本とコラボします。どの本も図書室にあるのでぜひ読んでみてください。今回は「給食アンソロジー」に登場するマーボー豆腐です。</p>	<p>入学、進級のお祝い給食です。日本では昔から特別な日を「ハレの日」として、普段と違う食事を食べる文化があります。江戸時代末には「ちらし寿司」が「ハレの日」に食べられていました。</p>	<p>セルフハンバーガーは給食室で作ったハンバーガーをパンにはさんで食べてください。</p> <p>クラムチャウダーはアメリカで誕生した料理です。クラムは二枚貝を意味しています。今回のクラムチャウダーはあさりを使用しました。あさりには鉄分が多くふくまれています。</p>	<p>春が旬の食材である「たけのこ」、「新じゃが」、「デコボン」、「甘夏」を使用した献立です。</p> <p>食材や料理から季節を感じてもらえるようにしています。</p> <p>デコボンと甘夏は食べ比べです。味の違いを見つけてみましょう！</p>	<p>大阪万博の開催を記念して大阪府の郷土料理を給食にしました。</p> <p>串カツは通天閣がある新世界周辺で大江正時代末から昭和時代初期に発祥したといわれています。</p> <p>うどんは昆布と煮干しから出汁をとって関西風に仕上げます。</p>
28日	29日	30日	★給食ブログ★	
<p>【東京都食材給食】 焼肉丼 中華風コーンスープ 東京都産ブルーベリージャム 入りヨーグルト 牛乳</p> 	<p>昭和の日</p> 	<p>【旬の食材を味わおう給食】 ハチミツトースト 春のクリームシチュー バジルドレッシングサラダ 牛乳</p>	<p>赤坂学園ホームページに献立の写真や給食室の様子を掲載しています。ぜひご覧ください。</p>  	
<p>東京都八王子市で栽培されたブルーベリーを給食室で砂糖と一緒に煮こんでジャムにします。</p> <p>ブルーベリーの生産量は東京都が全国1位です。青梅市や小平市、練馬区で栽培されています。</p>	<p>春が旬の食材「春キャベツ」をクリームシチューに使用します。</p> <p>「春キャベツ」は春に収穫を迎えるキャベツです。日差しが強い時期に急速に成長するため、葉の巻きがゆるく、やわらかいのが特徴です。</p>	<p>保護者の皆様へ</p> <p>○赤坂学園では、1～9年生まで基本的に給食献立は共通です。分量は体格を考慮し、学年ごとに量を決定しています。成長段階、体格にあった栄養素等を提供いたします。</p> <p>※栄養価、予算の関係で7～9年生のみ料理が追加されることがあります。</p> <p>○1～4年生は小学校校舎、5～9年生は中学校校舎の給食室で調理した給食を提供いたします。調理委託業者は、双方ともに、「株式会社東京フードサービス」が担当します。</p> <p>○献立は食材入荷等の都合により、変更になることがあります。ご理解とご協力をお願い申し上げます。</p> <p>○給食当番の児童・生徒は、週末に白衣を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をして、翌週始めにご持参ください。ご協力をお願いいたします。</p> <p>○食物アレルギーに関して、食事制限等を医師から指示されている場合は、すぐに学校へご連絡ください。</p>		
<p>【4月栄養素等摂取量高学年】 エネルギー：760kcal たんぱく質：31.6g 【4月栄養素等摂取量中学生】 エネルギー：801kcal たんぱく質：33.3g</p> <p>給食では1日に不足しがちな栄養素であるカルシウム、鉄が摂取できるように献立を考えています。</p>	<p>【4月の給食目標について】 4月の給食目標は「準備や後片付けの仕方を身につけよう」です。新年度の始まりとして、給食の準備の仕方や給食当番の仕事、下膳の方法を見直して、正しいやりかたを身につけましょう。</p> <p>【東京都食材給食について】 東京都の「食育推進計画」では「東京産食材の理解と地産地消」の推進が設定されています。</p> <p>給食を通して東京都の農業について興味、関心をもってもらうように東京都食材を活用していきます。</p>			