

令和7年4月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名	主な使用食材			
			赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える	
8	火	牛乳	包まないけだ稲荷寿司	油揚げ	米、白ごま、三温糖	かんぴょう、干し椎茸、にんじん、枝豆
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉、大豆	油、じゃがいも、三温糖、でん粉	しょうが、玉ねぎ、にんじん、枝豆	
		豆腐とわかめのすまし汁	豆腐、わかめ			
9	水	牛乳	カレーライス	鶏肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
		手作り福神漬け		白ごま、三温糖	きゅうり、だいこん、にんじん、れんこん、しょうが	
		清見オレンジ			清見オレンジ	
10	木	牛乳	チキンライス	鶏肉	米、油	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース
		サイコロサラダ	凍り豆腐、ロースハム	でん粉、油、じゃがいも、三温糖、ごま油、白ごま	にんじん、きゅうり	
		お豆のスープ	ひよこ豆、白いんげん豆		玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ごまつな	
11	金	牛乳	ご飯		米、麦	
		和風ハンバーグ きのこソース	鶏肉、木綿豆腐、豆乳	油、パン粉、ごま油、三温糖、でん粉	玉ねぎ、えのきたけ、ぶなしめじ	
		野菜のごまみそ和え	みそ	白ごま、三温糖	ごまつな、もやし、にんじん	
		じゃがいものみそ汁	わかめ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ	
14	月	牛乳	マーボー豆腐丼	豚肉、みそ、木綿豆腐	米、麦、ごま油、三温糖、でん粉	にんにく、しょうが、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、たけのこ
		小松菜としめじのスープ			玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、キャベツ、ごまつな	
		大学芋		さつまいも、油、黒ごま、三温糖		
15	火	牛乳	ご飯		米、麦	
		かつおの角煮	かつお	でん粉、小麦粉、油、三温糖	しょうが	
		たくあん和え		三温糖	キャベツ、きゅうり、たくあん、にんじん、枝豆	
		けんちん汁	木綿豆腐	板こんにゃく	大根、にんじん、干し椎茸、ごまつな	
16	水	牛乳	ツナコーントースト	ツナ、ピザチーズ	食パン、エッグフリーマヨネーズ	玉ねぎ、ホールコーン
		ひじきのマリネ	ひじき	三温糖、白ごま、油	だいこん、きゅうり、にんじん	
		ポトフ	鶏肉	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ	
		バナナ			バナナ	
17	木	牛乳	ミートソーススパゲッティ	豚肉、大豆	スパゲッティ、オリーブ油、油	にんにく、セロリー、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶
		フレンチサラダ		油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン、ブロッコリー	
		オニオンスープ		油	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ	
18	金	牛乳	たけのこご飯	油揚げ	米、三温糖	たけのこ
		さわらのねぎみそ焼き	さわら、みそ	三温糖	ねぎ、しょうが	
		じゃがいものきんぴら	豚肉	ごま油、じゃがいも、三温糖	ごぼう、にんじん、さやいんげん	
		かきたま汁	木綿豆腐、たまご	でん粉	にんじん、ごまつな	
21	月	牛乳	ご飯		米、麦	
		さばのごまつけ焼き	さば	白ごま	しょうが	
		からし和え	わかめ	三温糖	キャベツ、もやし、ごまつな	
		さつまいものみそ汁	みそ	さつまいも	だいこん、にんじん	
22	火	牛乳	ハヤシライス	豚肉、生クリーム	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉 デミグラスソース	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
		ちくわのサラダ	ちくわ	白ごま、ごま油、三温糖	もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ	
		ぶどうゼリー	粉寒天	さとう	ぶどうジュース、みかん缶	
23	水	牛乳	胚芽パン		胚芽パン	
		スペインッシュオムレツ	ベーコン、たまご、牛乳 ピザチーズ、粉チーズ	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ	
		アスパラサラダ		白ごま、油、三温糖	アスパラガス、キャベツ、にんじん、きゅうり ホールコーン、玉ねぎ	
		ミネストローネ		オリーブ油、じゃがいも、三温糖、マカロニ	玉ねぎ、にんじん	
24	木	牛乳	ご飯		米、麦	
		ホキのから揚げ ごまみそがけ	ホキ、みそ	でん粉、小麦粉、油、三温糖、白すりごま	しょうが	
		小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	ごまつな、はくさい、にんじん	
		豚汁	豚肉、みそ	じゃがいも	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ	
25	金	牛乳	五目うどん	鶏肉、油揚げ	うどん、三温糖	にんじん、だいこん、干し椎茸、はくさい、ねぎ、ごまつな
		きびなごの青のり揚げ	きびなご、青のり	でん粉、小麦粉、油	しょうが	
		焼肉サラダ	豚肉	ごま油、三温糖、白ごま、油	にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし	
		オレンジ			オレンジ	
28	月	牛乳	ご飯		米、麦	
		ツナ入り卵焼き	鶏肉、木綿豆腐、ツナ、たまご	油、三温糖	玉ねぎ、にんじん	
		キャベツのおかか炒め	豚肉	油、ごま油、でん粉	にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ	
		すりごまのみそ汁	木綿豆腐、みそ	白すりごま	大根、ねぎ、ごまつな	
30	水	牛乳	シーフードピラフ	鶏肉、えび、いか	米、麦、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム ホールコーン、ピーマン、赤パプリカ
		ししゃものカレー揚げ	ししゃも	でん粉、小麦粉、油	しょうが	
		豆腐とえのきのスープ	木綿豆腐		にんじん、えのきたけ、ねぎ、ごまつな	
		アセロラゼリー	粉寒天	さとう	アセロラジュース、みかん缶	

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。