

令和7年5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
1	木	牛乳	★八十八夜献立★			
			鶏と卵のそぼろ丼	鶏肉、卵	米、麦、油、三温糖、砂糖	生姜、かんぴょう、小松菜
			かまぼこのすまし汁	鶏肉、豆腐、かまぼこ、わかめ		えのき、だいこん、にんじん、ねぎ
			豆乳抹茶プリン	アガー、豆乳、小豆	三温糖	
2	金	牛乳	カレーミートドッグ	豚肉、ピザチーズ	ミルクパン、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん
			チキンポトフ	鶏肉	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
			きのごサラダ		オリーブ油、三温糖	小松菜、キャベツ、にんじん、とうもろこし、にんにく エリンギ、しめじ、えのき、玉ねぎ
7	水	牛乳	ご飯		米、麦	
			さわらのみそマヨ焼き	さわら、みそ	エッグフリーマヨネーズ、パン粉	
			じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、つきこんにゃく、砂糖、 じゃがいも、油、白ごま	にんじん、ごぼう
			かきたま汁	鶏肉、たまご	でん粉	えのき、玉ねぎ、にんじん、小松菜、ねぎ
8	木	牛乳	野菜ラーメン	豚肉	ラーメン、ごま油、油	にんにく、生姜、にんじん、キャベツ、もやし、 きくらげ、ねぎ、小松菜
			パリパリひじき	ひじき、ダイスチーズ	油、三温糖、春巻きの皮、小麦粉	にんじん
			パンパンジーサラダ	鶏肉	ごま油、三温糖、白すりごま	キャベツ、きゅうり、にんじん、ねぎ
12	月	牛乳	わかめご飯	わかめ	米、麦	
			豚肉と豆腐のすき焼き煮	豆腐、豚肉	三温糖、油、つきこんにゃく	ごぼう、にんじん、干しいたけ、たけのこ、白菜、ねぎ
			麩のすまし汁	鶏肉	あられ麩	えのき、にんじん、ねぎ、小松菜
			美生柑(果物)			美生柑
13	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			いかのかりんとうがらめ	いか	でん粉、油、砂糖	生姜
			五色和え		三温糖、油	小松菜、にんじん、もやし、キャベツ、とうもろこし
			さつま汁	鶏肉、豆腐、みそ	さつまいも	だいこん、にんじん、ねぎ
14	水	牛乳	フレンチトースト	たまご、牛乳	食パン、はちみつ、三温糖、グラニュー糖	
			ビーンズシチュー	豚肉、大豆、白いんげん豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんにく、セロリー、玉ねぎ、にんじん、トマト
			フレンチサラダ		油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、ブロッコリー
15	木	牛乳	グリーンピースご飯		米	グリーンピース
			鮭の塩こうじ焼き	鮭		
			小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	小松菜、白菜、にんじん
			豚汁	豚肉、豆腐、みそ	じゃがいも	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ
16	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			豆腐ナゲット	豆腐、鶏肉	でん粉、油、三温糖、ごま油	玉ねぎ、にんじん、生姜
			野菜のナムル		白ごま、三温糖、ごま油	小松菜、にんじん、大豆もやし、もやし
			キャベツのみそ汁	油揚げ、みそ	じゃがいも	えのき、大根、にんじん、キャベツ
19	月	牛乳	豚キムチ丼	豚肉	米、麦、油、三温糖、でん粉	にんにく、生姜、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、たけのこ、もやし、 にら、ねぎ
			トックスープ	鶏肉、豆腐、わかめ	トック	にんじん、白菜、ねぎ、小松菜
			杏仁豆腐	アガー、牛乳	砂糖	みかん缶、パイナップル缶
20	火	牛乳	山菜うどん	鶏肉、わかめ	うどん	にんじん、たけのこ、干し椎茸、山菜
			きびなごの青のり揚げ	きびなご、青のり	でん粉、油	生姜
			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
21	水	牛乳	シーフードピラフ	鶏肉、えび、いか	米、麦、油	にんにく、生姜、にんじん、マッシュルーム、とうもろこし、 ピーマン、赤パプリカ
			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
			小松菜としめじのスープ	鶏肉		玉ねぎ、にんじん、しめじ、キャベツ、小松菜
22	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			魚のチリソースがけ	ホキ	でん粉、油、ごま油、三温糖	生姜、にんにく、玉ねぎ、ねぎ
			春雨サラダ		春雨、三温糖、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
			中華コーンスープ	鶏肉、卵	ごま油、でん粉	にんじん、とうもろこし、ねぎ、小松菜
23	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			コロッケ	鶏肉	油、じゃがいも、小麦粉、パン粉、三温糖	玉ねぎ
			小松菜のごま和え	みそ	ごま、三温糖	小松菜、もやし、にんじん
			なめこのみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ、わかめ		にんじん、なめこ、ねぎ
26	月	牛乳	胚芽パン		胚芽パン	
			スパニッシュオムレツ	ベーコン、卵、牛乳 ピザチーズ、粉チーズ	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ
			オニオンサラダ		白ごま、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、枝豆、玉ねぎ
			ABCスープ	鶏肉	マカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、小松菜
27	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			さばのごまつけ焼き	さば	白ごま	生姜
			ごぼうチップスサラダ		油、三温糖	キャベツ、にんじん、小松菜、とうもろこし、ごぼう
			かぶのみそ汁	油揚げ、みそ		かぶ、かぶ葉、ねぎ
28	水	牛乳	キャロットライスのクリームソースかけ	鶏肉、牛乳	米、麦、バター、油、小麦粉	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム
			コロコロポテトのサラダ		じゃがいも、油、はちみつ	キャベツ、きゅうり、にんじん
			オレンジ			オレンジ
29	木	牛乳	海鮮豆腐丼	豚肉、えび、いか、豆腐	米、麦、油、三温糖、でん粉、ごま油	にんにく、生姜、玉ねぎ、にんじん、たけのこ、チンゲンサイ
			かぶのスープ	鶏肉		玉ねぎ、にんじん、かぶ、かぶ葉、小松菜
			大学芋		さつまいも、油、黒ごま、三温糖	
30	金	牛乳	チキンカレーライス	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	生姜、にんにく、玉ねぎ、セロリ、にんじん
			海藻サラダ	糸寒天、わかめ、くきわかめ	白ごま、油、ごま油、砂糖	もやし、きゅうり、とうもろこし
			フルーツポンチ		砂糖	みかん缶、桃缶、パイナップル缶、バナナ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。