

令和8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	金	★八十八夜献立★			
		牛乳 鶏と卵のそぼろ丼	鶏肉、大豆、たまご	米、麦、油、三温糖、砂糖	しょうが、かんぴょう、小松菜
		かまぼこのすまし汁	木綿豆腐、かまぼこ、わかめ		えのき、だいごん、にんじん、ねぎ
7	木	豆乳抹茶プリン	アガー、豆乳、小豆	三温糖	
		牛乳 ポークカレーライス	豚肉、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
		ゴマドレサラダ		白すりごま、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン、枝豆、ブロッコリー、玉ねぎ
11	月	フルーツポンチ		砂糖	もち缶、パイナップル缶、りんご缶
		牛乳 ご飯		米、麦	
		ツナ入り卵焼き	鶏肉、木綿豆腐、たまご、ツナ缶	油、三温糖	玉ねぎ、にんじん
		野菜のごま和え		白すりごま、三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、はくさい
		さつま汁	みそ	さつまいも	だいごん、にんじん、ねぎ
12	火	牛乳 清見オレンジ		でん粉	清見オレンジ
		グリーンピースご飯		米	グリーンピース
		牛乳 鮭の塩こうじ焼き	鮭		
13	水	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、木綿豆腐、みそ	こんにゃく、じゃがいも	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ
		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	
14	木	牛乳 ごぼうチップスサラダ		油、三温糖	キャベツ、にんじん、枝豆、小松菜、ホールコーン、ごぼう
		クリームシチュー	鶏肉、大豆、牛乳、豆乳	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
		牛乳 キムチチャーハン	豚肉	米、油、砂糖	しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ、ねぎ、にら
		きびなごの竜田揚げ	きびなご	でん粉、油	しょうが
15	金	牛乳 中華卵スープ	たまご	でん粉、白ごま	玉ねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、こまつな
		りんごゼリー	粉寒天	砂糖	りんごジュース、りんご缶
		豆腐ナゲット	木綿豆腐、鶏肉	でん粉、油、三温糖、ごま油	玉ねぎ、にんじん、しょうが
18	月	牛乳 コーンサラダ		春雨、三温糖、ごま油	キャベツ、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、ホールコーン
		ABCスープ		アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
		牛乳 魚のチリソースがけ	ホキ	でん粉、油、ごま油、三温糖	しょうが、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
19	火	牛乳 ワンタンスープ		ごま油、ワンタンの皮	にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、こまつな
		山菜うどん	鶏肉、わかめ、生揚げ	うどん	にんじん、たけのこ、干し椎茸、山菜
		牛乳 ししゃものから揚げ	ししゃも	でん粉、油	
20	水	牛乳 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
		ご飯		米、麦	
		牛乳 肉じゃが	豚肉、生揚げ	油、しらたき、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ、にんじん
		白菜のみそ汁	木綿豆腐、みそ、大豆	ごま油	だいごん、にんじん、はくさい
21	木	牛乳 美生柑			美生柑
		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
		牛乳 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
22	金	牛乳 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、ホールコーン、にんにく、エリンギ、しめじ、えのき、玉ねぎ
		バエリア	鶏肉、えび、いか	米、オリーブ油、油	にんにく、玉ねぎ、ホールコーン、ピーマン、パプリカ(赤・黄)
		牛乳 レバーの甘辛揚げ	豚レバー	でん粉、小麦粉、油、三温糖、白ごま	しょうが
		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、こまつな
25	月	牛乳 パナナ	鶏肉、牛乳、豆乳、ひよこ豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	パナナ
		牛乳 麻婆豆腐丼	豚肉、みそ、木綿豆腐	米、麦、油、砂糖、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、干しいたけ、たけのこ水煮
		春雨スープ		春雨、白ごま	にんじん、えのきたけ、はくさい、ねぎ、こまつな
26	火	牛乳 ぶどうゼリー	粉寒天	砂糖	ぶどうジュース、パイン缶
		ご飯		米、麦	
		牛乳 たらのマヨネーズ焼き	たら	エッグフリーマヨネーズ	
		カレーきんぴら	豚肉	油、じゃがいも、こんにゃく、三温糖、白ごま	にんじん、ごぼう
27	水	牛乳 かぶのみそ汁	木綿豆腐、みそ		えのきたけ、にんじん、かぶ、ねぎ
		ベーコンフランスパン	ベーコン、ピザチーズ	ソフトフランスパン、油	玉ねぎ
		牛乳 フレンチサラダ		油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、枝豆、ホールコーン
		お豆のトマト煮	鶏肉、白いんげん豆、大豆	油、じゃがいも、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん
28	木	牛乳 オレンジ			オレンジ
		牛乳 さばのカレーしょうゆ焼き	さば		しょうが
		小松菜のごま和え	みそ	白ごま、三温糖、ねりごま	こまつな、もやし、にんじん、枝豆
29	金	牛乳 豆腐のすまし汁	油揚げ、木綿豆腐		だいごん、にんじん、こまつな
		ご飯		米、麦	
		牛乳 コロケ	鶏肉	油、じゃがいも、小麦粉、パン粉、三温糖	玉ねぎ
		和風サラダ		ごま油、三温糖、油、白ごま	小松菜、もやし、にんじん、ホールコーン、しょうが
		なめこのみそ汁	木綿豆腐、油揚げ、みそ		にんじん、なめこ、ねぎ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。