

令和6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	水	★八十八夜献立★			
		牛乳 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
		牛乳 かまぼこのすまし汁	鶏肉、豆腐、かまぼこ、わかめ		えのき、だいごん、にんじん、ねぎ
2	木	牛乳 グリンピースご飯		米	グリンピース
		牛乳 鮭の塩こうじ焼き	鮭		
		牛乳 小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	小松菜、白菜、にんじん
7	火	牛乳 豚汁	豚肉、豆腐、みそ	じゃがいも	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ
		牛乳 わかめご飯	わかめ	米、麦	
		牛乳 豚肉と豆腐のすき焼き煮	豆腐、豚肉	三温糖、油、つきごんにやく	ごぼう、にんじん、干しいたけ、たけのこ、白菜、ねぎ
8	水	牛乳 麩のすまし汁	鶏肉	あられ麩	えのき、にんじん、ねぎ、小松菜
		牛乳 美生柑(果物)			美生柑
		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
9	木	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
		牛乳 きのごサラダ	ベーコン	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
		牛乳 ご飯		米、麦	
10	金	牛乳 魚のチリソースかけ	ホキ	でん粉、油、ごま油、三温糖	生姜、にんにく、玉ねぎ、ねぎ
		牛乳 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
		牛乳 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
13	月	牛乳 ★青空お弁当給食★			
		牛乳 鶏ごぼうご飯	鶏肉	米、ごま油、三温糖	生姜、ごぼう、にんじん
		牛乳 鶏のから揚げ	鶏肉	でん粉、油	生姜
14	火	牛乳 舟形きゅうり			きゅうり
		牛乳 小松菜ソテー		油	玉ねぎ、にんじん、とうもろこし、もやし、小松菜
		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
15	水	牛乳 かぶのスープ	鶏肉		玉ねぎ、にんじん、かぶ、かぶ葉、小松菜
		牛乳 大学芋		さつまいも、油、黒ごま、三温糖	
		牛乳 ご飯		米、麦	
16	木	牛乳 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	
		牛乳 じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、つきごんにやく、砂糖、じゃがいも、油、白ごま	にんじん、ごぼう
		牛乳 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
20	月	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
		牛乳 きびなごの青のり揚げ	きびなご、青のり	でん粉、油	生姜
		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
21	火	牛乳 キャロットライスのホワイトソースかけ	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
		牛乳 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
		牛乳 オレンジ			オレンジ
22	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	
		牛乳 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
		牛乳 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、プロッコリー
23	木	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、白菜キムチ
		牛乳 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
		牛乳 杏仁豆腐	アガー、牛乳	砂糖	みかん缶、パイナップル缶
24	金	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
		牛乳 バリバリひじき	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
		牛乳 パンバンジーサラダ	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
27	月	牛乳 ご飯		米、麦	
		牛乳 いかのかりんとうがらめ	いか	でん粉、油、砂糖	生姜
		牛乳 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
28	火	牛乳 さつまいも汁	鶏肉、豆腐、みそ	さつまいも	だいごん、にんじん、ねぎ
		牛乳 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
		牛乳 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
29	水	牛乳 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
		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
		牛乳 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
30	木	牛乳 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
		牛乳 ご飯		米、麦	
		牛乳 さばのごまつけ焼き	さば	白ごま	生姜
31	金	牛乳 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
		牛乳 かぶのみそ汁	油揚げ、みそ		かぶ、かぶ葉、ねぎ
		牛乳 胚芽パン		胚芽パン	
31	金	牛乳 スパニッシュオムレツ	ベーコン、卵、牛乳	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ
		牛乳 オニオンサラダ	ピザチーズ、粉チーズ		
		牛乳 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
31	金	牛乳 ABCスープ	鶏肉	マカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、小松菜
		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
		牛乳 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
31	金	牛乳 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
		牛乳 ご飯		米、麦	
		牛乳 コロッケ	鶏肉	油、じゃがいも、小麦粉、パン粉、三温糖	玉ねぎ
31	金	牛乳 小松菜のごま和え	みそ	白ごま、砂糖、白ねりごま	小松菜、もやし、にんじん
		牛乳 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

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。