



こんだてひょう

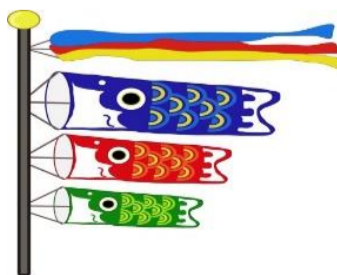
令和8年5月 入間市立東金子小学校

日	曜日	献立名			主な材料名			エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)
		主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
1	金	☆デニッシュロール	ごぼういりスパゲティみそソース シャキシャキサラダ		デニッシュロール スパゲティ さとう なたねあぶら しろごま	ぎゅうにゅう とりにく あかみそ	きゃべつ ごぼう にんじん たまねぎ きゅうり コーン おかひじき ねしょうが	601 22.4 305
7	木	ちらしずし	ささかまのごまあげ すましじる こどものひこんだて		こめ なたねあぶら こむぎこ さとう くろごま	ぎゅうにゅう ささかまほこ とうふ とりにく あぶらあげ きざみのり	たけのこ にんじん えのきたけ みつば さやえんどう ほししいたけ	605 25.0 303
8	金	しおあじピラフ	いかのバジルあげ ミネストラスープ		こめ べいりゅうばく なたねあぶら でんぶん シェルマカロニ こめこ バター オリブゆ	ぎゅうにゅう いか とりにく ペーコン カナディアンペーコン	たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム ホールトマト セロリ にんにく	610 28.3 264
11	月	ごはん	ぶたにくとしんじゃがのあげに きゃべつのそくせきづけ もずくじる		ごはん じゃがいも なたねあぶら でんぶん さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あかみそ もずく	きゃべつ たまねぎ えのきたけ にんじん みずな	603 22.4 270
12	火	ごまみそうどん	くさもちぜんざい		じごなうどん よもぎだんご さとう しろごま なたねあぶら	ぎゅうにゅう あずき しろみそ ぶたにく あぶらあげ	にんじん ながねぎ こまつな ほししいたけ	672 25.5 349
13	水	とりうめそば ごはん	ぶたにくとしらたきのピリからいため みそじる		ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく しろみそ あかみそ あぶらあげ	しらたき れんこん にんじん こまつな うめぼし ねしょうが	623 29.2 315
14	木	とうもろこし ごはん	かつおのしんたまソース さわにわん		こめ もちきび でんぶん なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく あかみそ しろみそ	たまねぎ ながねぎ ごぼう ホールコーン えのきたけ こまつな にんじん はんのうねぎ にんにく	610 28.6 286
15	金	しょくパン (チョコクリーム)	とりじゃがトマトに かいそうサラダ		じゃがいも さとう しょくパン チョコクリーム なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく わかめ	たまねぎ きゃべつ トマト コーン にんじん きゅうり	617 23.0 392
18	月	しるなし タンタンメン	あまなつみかんいり フルーツポンチ		ちゅうかめん ごまあぶら さとう でんぶん しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ	たまねぎ りんご パイナップル なつみかん おとう はくとう ラ・フランス にんじん チンゲンサイ ねしょうが	647 27.0 287
19	火	しんごぼうの たきこみごはん	あじのからあげ とうにゅういりみそじる		こめ ワンタンのかわ べいりゅうばく なたねあぶら でんぶん こめこ	ぎゅうにゅう あじ とうにゅう あぶらあげ しろみそ ちりめんじゃこ	だいこん ごぼう こまつな にんじん ながねぎ	588 26.5 405
20	水	ちからうどん	ツナときゃべつのごますあえ ☆ジューシーオレンジ		じごなうどん しらたまだんご しろごま さとう	ぎゅうにゅう とりにく ツナ あぶらあげ	ジューシーオレンジ きゃべつ ながねぎ こまつな にんじん きりぼしだいこん ほししいたけ	605 25.5 359
21	木	カレーライス	きりぼしだいこんのハリハリづけ そらまめ		ごはん じゃがいも こむぎこ バター なたねあぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ そらまめ にんじん きゅうり きりぼしだいこん ねしょうが にんにく	650 24.9 301
22	金	クロワッサン	パンネのミートソース グリルやさい		パンネマカロニ クロワッサン オリブゆ なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィナー パルメザンチーズ	たまねぎ にんじん エリンギ コーン プロッコリー グリーンアスパラガス マッシュルーム	586 26.7 280
25	月	ごはん	★ごぼうつくね(鶏ひき肉料理です) おちゃいりふりかけ こめこめんのスープ		ごはん こめこめん さとう でんぶん パンこ しろごま なたねあぶら	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ぶたにく かまぼこ はなかつお ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん おちゃ チンゲンサイ もやし ごぼう ねしょうが ほししいたけ	597 25.6 280
26	火	さやまちゃ あげパン	ウィンナーとやさいのにこみ ヨーグルト		ツイストパン じゃがいも なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう ヨーグルト ウィンナー うぐいすきなこ	たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム おちゃ	649 22.4 379
27	水	しおちゃんこ ラーメン	さやまちゃチーズケーキ		ラーメン こむぎこ さとう バター なたねあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご クリームチーズ あぶらあげ	きゃべつ にんじん おちゃ チンゲンサイ ながねぎ にんにく ねしょうが ほししいたけ	611 24.8 313
28	木	おちゃいりマーブル しょくパン	アスパラのクリームに しんたまねぎドレッシングサラダ		おちゃマーブルしょくパン ツイストマカロニ こむぎこ バター なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ペーコン なまクリーム	たまねぎ もやし きゃべつ グリーンアスパラガス にんじん マッシュルーム コーン	670 24.3 346
29	金	ふきいり かやくごはん	さばのおちゃからあげ みそじる		こめ べいりゅうばく でんぶん こめこ なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう さば とりにく あぶらあげ あかみそ しろみそ	きゃべつ たまねぎ にんじん たけのこ ふき えのきたけ いとこんにやく ほししいたけ おちゃ	614 28.1 295
給食回数		《18回》			平均栄養量			620 25.1 318

献立は、材料等の都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。
★は新メニューです。
☆は2年生以上のメニューです

行事・行事食のお知らせ

- 5月 7日 こどもの日献立
- 5月 27日 わんぱく相撲応援献立
- 5月 25～29日 お茶献立週間



給食でお茶を使った料理を

狭山茶は埼玉県下全般に生産されているお茶の総称で、入間市が主に産地となっています。
その狭山茶を用いた料理を一品ずつ、25日から29日の一週間、「お茶献立週間」として出します。

