

令和7年 5月分 学校給食献立予定表

藤沢東小学校

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)
日曜日	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 木	【こどもの日献立】 ちらし寿司	笹かまのさやま茶揚げ すまし汁		せいはいくまい なたねあがら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ささかまぼこ とりにく あがらあげ きざみのり とろろ	たけのこ にんじん せんちゃ えのきたけ さやえんどう みつば ほししいたけ	600 23.8 294
2 金	コロツケ バーガー	ポイルキャベツ コーンスープ		こどもパン じゃがいも パンこ こむぎこ こめこ なたねあがら バター	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィンナー なまクリーム	コーン キャベツ たまねぎ	684 25.9 363
7 水	ごはん	家常豆腐 しつとりふりかけ のりのナムル		ごはん しろうこま さとう ごまあがら でんぶん なたねあがら	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ ちりめんじゃこ はなかつお なまあげ きざみのり とろろ	もやし こまつな にんじん ちんげんさい ながねぎ ほししいたけ にんにく ねしろうが	640 29.5 530
8 木	きび入り ピースごはん	かつおの新たまソース 決煮梅		せいはいくまい もちきび でんぶん なたねあがら さとう	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく あかみそ しろみそ	グリーンピース たまねぎ えのきたけ ながねぎ こまつな にんじん ごぼう ばんのうねぎ にんにく	601 28.6 287
9 金	ごまみそうどん	草もちぜんざい 辛子和え		じごううどん よもぎだんご さとう しろうこま なたねあがら	ぎゅうにゅう あずき しろみそ ぶたにく あがらあげ	こまつな もやし にんじん ながねぎ さやえんどう ほししいたけ	683 26.3 397
12 月	チキンライス	ウィンナーとキャベツのソテー 野菜スープ		せいはいくまい じゃがいも バター べいりゅうばく なたねあがら	ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー カナディアンベーコン ペーコン	キャベツ たまねぎ にんじん マッシュルーム	650 27.4 276
13 火	ごはん	韓国風焼き鳥 きゅうりのしょう ゆ漬 青菜と春雨のスープ		ごはん はるさめ さとう ごまあがら しろうこま	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	きゅうり ちんげんさい にんじん ばんのうねぎ ねしろうが にんにく きくらげ	624 26.3 296
14 水	ちから 力うどん	ツナとキャベツのごま酢和え ジュシーオレンジ		じごううどん しらたまだんご しろうこま さとう	ぎゅうにゅう とりにく ツナ あがらあげ	ジュシーオレンジ キャベツ ながねぎ にんじん きりぼしだいこん ほししいたけ こまつな	605 25.6 360
15 木	新ごぼうの 炊き込みご飯	イカのかりん揚げ 和風ワンタン汁		せいはいくまい こめこ じゃがいも でんぶん ワンタンのかわ べいりゅうばく でんぶん なたねあがら しろうこま	ぎゅうにゅう いか ぶたにく あがらあげ ちりめんじゃこ	ごぼう にんじん ながねぎ さやえんどう ほししいたけ	610 27.3 362
【5月16日】は、4・5月分給食費引き落とし日です。15日までに残高のご確認をお願いします。							
16 金	ごはん	豚肉と新じゃがの揚げ煮 キャベツの即席漬 もずく汁		ごはん じゃがいも なたねあがら 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	キャベツ たまねぎ えのきたけ にんじん みつば	608 22.8 268
19 月	さやま茶 揚げパン	ウィンナーと野菜の煮込み ヨーグルト		こッペパン じゃがいも なたねあがら さとう	ぎゅうにゅう ヨーグルト チョリソー ウィンナー うぐいすきなこ	たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム せんちゃ	645 22.4 379
20 火	ごぼうピラフ	鰻のカレーパン粉焼き ミネストラスープ		せいはいくまい バター べいりゅうばく シメジ加 炒め なたねあがら パンこ	ぎゅうにゅう あじ とりにく カナディアンベーコン ペーコン	キャベツ たまねぎ ごぼう コーン にんじん ホールトマト セロリ ねしろうが にんにく	653 29.6 291
21 水	汁なし担々麺	チャプチェ		むしちゅうかめん ごまあがら はるさめ さとう なたねあがら しろうこま でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ とうにゅう	たまねぎ もやし にんじん ちんげんさい ながねぎ いら ほししいたけ ねしろうが にんにく	632 31.4 298
22 木	鶏梅 そばろごはん	豚肉と白滝のピリ辛炒め みそ汁		ごはん じゃがいも さとう なたねあがら ごまあがら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく しろみそ あかみそ あがらあげ	しらたき れんこん にんじん こまつな うめぼし ねしろうが	650 29.7 317
23 金	【運動会応援献立】 カツカレー	キャロットラペ		ごはん じゃがいも パンこ こむぎこ なたねあがら バター オリーブ油 さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん ねしろうが にんにく	697 28.2 268
27 火	【1年生はパンなし】 子どもパン	焼きそば 甘夏みかん入りフルーツポンチ		むしちゅうかめん こどもパン さとう なたねあがら	ぎゅうにゅう ぶたにく あおさ	キャベツ もやし たまねぎ おうとうかん パイナップル りんごかん なつみかんかん にんじん	613 20.6 290
28 水	新ごぼう入り ドライカレー	シャキシャキサラダ そら豆		ごはん なたねあがら こむぎこ さとう しろうこま	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ キャベツ コーン そらまめ きゅうり にんじん マッシュルーム おかひじき ごぼう にんにく ねしろうが	646 31.1 302
29 木	ふき入り かやくごはん	鱈の立田揚げ みそ汁		せいはいくまい べいりゅうばく でんぶん こめこ なたねあがら さとう	ぎゅうにゅう さば とりにく あがらあげ あかみそ しろみそ	たまねぎ にんじん たけのこ ふき えのきたけ いとこんやく ほししいたけ	618 27.5 296
30 金	タンメン	お茶マドレーヌ さっぱりキャベツ		ホットラーメン こむぎこ さとう バター なたねあがら でんぶん ごまあがら	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご	キャベツ にんじん せんちゃ もやし ちんげんさい きゅうり ながねぎ ねしろうが にんにく	598 23.2 315
給食回数				《19回》			635
				平均栄養量			26.2
							326

※都合により献立を変更することがあります。

◎予備のマスクについて

毎日、給食時の持ち物のご協力をありがとうございます。給食当番はマスクをして配膳しておりますが、当番以外の児童も、待っている間にマスクをして待つこととなっております(コロナ禍以前より)。マスクを忘れた時のために、予備のマスクをランドセルに保管していただけるとありがたいです。

今月は、4・5月分の給食費
【2か月分】の引き落としとさせていただきます。残高のご確認を
よろしくお願いいたします。

