

令和6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	水	【こどもの日お祝い献立】 ちらし寿司	笹かまのさやま茶揚げ(桜えび入り) すまし汁		せいはいくまい なたねあぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ささかまぼこ とりにく とうふ あぶらあげ さくらえび きざみのり	たけのこ にんじん えのきたけ さやえんどう みつば ほししいたけ せんちゃ	600 24.2 310
2	木	手作り カレーパン	ジュリエンスープ キャロットラペ		カレーふうみパン パンこ こむぎこ なたねあぶら オリーブゆ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく カナディアンベーコン ツナ	にんじん きゃべつ たまねぎ ズッキーニ マッシュルーム パセリ にんにく	618 26.4 306
7	火	マーボー あんかけそば	【おまつり】 甘夏みかんゼリーポンチ		むしゅうかめん さとう ごまあぶら でんぶん なたねあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ	もやし オレシシジュース バイナップル なつみかんかん おうとうかん たけのこ こなかなてん ほししいたけ きくらげ ねしろうが にんにく	623 25.0 336
8	水	ふき入り かやくごはん	鯖の立田揚げ みそ汁		せいはいくまい こめこ べいりゅうばく さとう でんぶん なたねあぶら	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 こおりとうふ	きゃべつ にんじん たけのこ ふき こまつな いとごんにやく ほししいたけ	616 28.7 318
9	木	ごはん	豚肉と新じゃがの揚げ煮 さっぱりきゃべつ もずく汁		ごはん じゃがいも なたねあぶら でんぶん さとう ごまあぶら	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 きゅうり えのきたけ にんじん みつば	612 22.9 269
10	金	デニッシュロール (1年生はパンなし)	ごぼうのパペロンチーニ シャキシャキサラダ		デニッシュロール リーブゆ スパゲティ さとう なたねあぶら しろうこま	ぎゅうにゅう カナディアンベーコン ベーコン	きゃべつ ごぼう ズッキーニ ほんしめじ きゅうり コーン おかひじき にんじん にんにく	606 21.8 295
13	月	ごはん	【おまつり】 家常豆腐 じゃこのあめ煮 のりのナムル		ごはん さとう ごまあぶら しろうこま でんぶん なたねあぶら	ぎゅうにゅう なまあげ とりにく ぶたにく あかみそ きざみのり ちりめんじゃこ	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	646 31.0 622
14	火	お茶マール 食パン	新じゃがとアスパラのクリームグラタン ABCスープ		おちゃマールしよくパン じゃがいも バター なたねあぶら アスパラ じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく カナディアンベーコン チーズ	きゃべつ たまねぎ グリーンアスパラガス にんじん	646 28.9 466
15	水	ちゃんこうどん	草もちぜんざい クラッシュ大豆和え		じごなうどん よもぎだんご さとう	ぎゅうにゅう とりにく あずき あかみそ だいず あぶらあげ しろみそ	こまつな きゃべつ にんじん ごぼう えのきたけ だいこん	648 25.0 355
16	木	カレーライス	グリル野菜(アスパラ)		ごはん じゃがいも こむぎこ バター なたねあぶら オリーブゆ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィンナー	たまねぎ にんじん グリーンアスパラガス コーン ねしろうが にんにく	683 24.6 266
17	金	ごはん	鶏肉とうずら卵のさっぱり煮 ゆかりふりかけ 米粉麺のスープ		ごはん こめめん さとう しろうこま なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく うずらたまご ぶたにく かまぼこ はなかつお	こんにやく ごぼう にんじん えのきたけ ごぼう こまつな にんにく ねしろうが ほししいたけ	630 26.2 292
20	月	鶏梅 そぼろごはん	絹さやと白滝の炒め物 みそ汁		ごはん さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく しろみそ あかみそ わかめ あぶらあげ	しらたき たまねぎ にんじん えのきたけ さやえんどう うめぼし ねしろうが	634 27.8 303
21	火	きび入りピース ごはん	かつおの新たまソース 沢煮碗		せいはいくまい 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	グリーピース たまねぎ ながねぎ えのきたけ ごぼう こまつな にんじん はんのうねぎ にんにく	608 29.0 289
22	水	タンメン	アメリカンドック スナッペンどう		おかつらめ おかつらめミックス なたねあぶら こむぎこ でんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう フランクフルト ぶたにく	きゃべつ スナッペンどう にんじん もやし ちんげんさい ながねぎ ねしろうが にんにく	630 26.3 289
23	木	ごはん	豚肉の角煮 白玉汁 小松菜とキャベツのごま和え		ごはん しらたまだんご さとう しろうこま	ぎゅうにゅう ぶたにく	こんにやく こまつな きゃべつ だいこん にんじん えのきたけ みずな ねしろうが ながねぎ	649 26.8 350
24	金	新ごぼうの 炊き込みご飯	イカのかりん揚げ そら豆 豆乳入りみそ汁		せいはいくまい こめこ ワカメのかわ しろうこま べいりゅうばく でんぶん なたねあぶら	ぎゅうにゅう しろうみそ ごぼう あぶらあげ いか ちりめんじゃこ	そらめめ だいこん ごぼう こまつな にんじん ながねぎ さやえんどう	623 29.2 393
25	土	さやま茶 揚げパン	鶏肉と野菜の煮込み 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 とりにく 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 せんちゃ	636 25.4 380
28	火	カレーピラフ	鶏肉のチーズパン粉焼き 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 パンこ シメジ オリーブゆ なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー ベーコン カナディアンベーコン こなチーズ	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 ピーマン セロリ にんにく	605 29.9 296
29	水	ごまみそうどん	お茶入り豆腐ドーナツ おひたし		じごなうどん おかつらめミックス さとう なたねあぶら しろうこま	ぎゅうにゅう とうふ しろみそ ぶたにく あぶらあげ たまご	もやし こまつな にんじん ながねぎ さやえんどう ほししいたけ せんちゃ	667 25.1 392
30	木	ごはん	新じゃがの煮物 のりの佃煮 みそ汁		ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ あぶらあげ しろみそ あかみそ きざみのり	こんにやく きゃべつ にんじん たまねぎ ながねぎ グリーンピース	616 24.3 312
31	金	ビビンバ	青菜と春雨のスープ ジュシーオレンジ		ごはん はるさめ なたねあぶら さとう しろうこま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あかみそ	ジュシーオレンジ もやし こまつな ちんげんさい にんじん ながねぎ ねしろうが にんにく きくらげ	634 29.9 343
給食回数				《21回》			630 26.1 342	

※都合により献立を変更することがあります。

◎給食費の引き落としについて

今月の給食費の引き落とし日 5月 16日(木)
5月 23日(木) ~再引き落とし日~

今月は、4・5月分の引き落としを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。

