

【東京農業大学稲花小学校 2024年 6月 給食献立表】

※赤字・・・食物アレルギー対応の食材 (除去/提供なし) ※青字・・・食物アレルギー摂取注意の食材 (本人判断/提供あり)

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分量
3 (月)	トナリバナ(バナナ)【メニュー】	鶏もも肉、 <b>ブレンゾークルト</b>	米、米粒麦、オリーブ油、 <b>有塩バター</b> 、マヨネーズ(卵なし)、砂糖	にんじん、ピーマン、たまねぎ、にんにく、しょうが	チーズ(乳糖)、カレー粉、バター(動物)、黒ごま	589
	アボカドのペニマートサラダ	まろ(油漬)	こめサラダ油、はちみつ	ブロッコリー、キャベツ、コーン(水素)	粒マスタード、米酢、しょうゆ、食塩	29.4
	マンボウのサラダ【メニュー】	<b>あり</b> 、 <b>ペーコン</b> (卵なし)、昆布	じゃがいも、オリーブ油、三温糖	たまねぎ、緑アスパラ、セロリ、にんにく、パセリ、トマト(缶)	白ワイン、薄だし(顆粒)、ローリエ(粉)、トマトチップス、ウスターソース、食塩、こしょう	17.7
	アメリカンチェリー牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>		<b>アメリカンチェリー</b>		1.9
4 (火)	ごはん		米			596
	赤魚とごぼうの甘辛がめ	<b>赤魚</b> 、大豆(水素)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	でんぷん、こめサラダ油、三温糖	しょうが、新ごぼう	酒、しょうゆ、本みりん	25.9
	ほうれん草のごま和え	昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	三温糖、 <b>白ごま</b>	ほうれん草、にんじん、えのきたけ	しょうゆ、食塩	16.3
	かす汁	<b>鶏もも肉</b> 、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ、白、粉かつお節	こんにやく(黒)、こめサラダ油	だいこん、にんじん、長ねぎ	酒、酒かす、本みりん、しょうゆ、食塩	1.8
5 (水)	国産パルツァアブレング牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>		ブレング		689
	ごはん		米			596
	おじぎョロップ	<b>豚肩肉</b> 、鶏砂肝、ひじき、高野豆腐、 <b>チーズ</b> 、 <b>スキムミルク</b>	こめサラダ油、じゃがいも、 <b>薄力粉</b> 、 <b>パン粉</b> (生)、はちみつ	たまねぎ、にんじん	酒、食塩、こしょう、赤ワイン、トマトケチャップ、中濃ソース	27.0
	ズッキーニのサラダ	<b>ローズムス</b> (卵なし)、昆布、米みそ	マヨネーズ(卵なし)	キャベツ、緑アスパラ、黄アスパラ	米酢、こしょう	23.7
6 (木)	うずら豆の甘露	うずら豆	三温糖、砂糖		しょうゆ	1.9
	つるむらさきのとろろスープ	木綿豆腐、昆布		トマト(加熱)、つるむらさき、ふなしめじ、しょうが	薄だし(顆粒)、うす口しょうゆ、本みりん、酒、食塩、こしょう	
	チーズ(パン結び)		<b>チーズ</b>			605
	ピーマンチュー	牛もも肉、昆布、米みそ、 <b>牛乳(調理性)</b> 、 <b>チーズ</b>	<b>薄力粉</b> 、こめサラダ油、じゃがいも	にんにく、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ブロッコリー	酒、食塩、黒ごま、赤ワイン、ココアパウダー、バター(動物)、ローリエ(粉)、トマトケチャップ、中濃ソース	28.6
7 (金)	かまぼこサラダ	昆布、ちりめんこ	ごま油、砂糖	ごま油、砂糖	切干しだいこん、キャベツ、赤ピーマン	23.6
	まなご豆腐	いり大豆、きな粉	黒砂糖			2.1
	青肉メロン牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>		<b>メロン</b>		
	ひよこ豆ごはん	ひよこ豆(水素)	米、玄米、でんぷん、米粉、こめサラダ油、砂糖			600
8 (土)	さばのごまだれ焼き	<b>さば</b> 、昆布、煮干し	三温糖、 <b>白ごま</b>		しょうゆ、本みりん	24.0
	小松菜の和え	昆布、煮干し、焼きのり	砂糖		こまつな、もやし、にんじん	20.2
	油ふたなすのみそ汁	昆布、煮干し、米みそ、米みそ	<b>揚げ</b>		なす、たまねぎ、にんじん、えのきたけ	1.9
	冷凍みかん	<b>牛乳(飲用)</b>			みかん(冷凍)	
9 (日)	ごはん		米			627
	みそ汁	<b>豚ひね肉</b> 、昆布、かつお節、米みそ	<b>薄力粉</b> 、 <b>パン粉</b> (生)、こめサラダ油、砂糖、ごま油	にんにく	しょうゆ、酒	30.8
	江戸巻のおたし	昆布、かつお節、まろ(乾物)	砂糖	えのきたけ、にんじん	しょうゆ、本みりん、食塩	18.2
	牛乳と厚揚げの煮物	牛もも肉、生揚げ、昆布、かつお節	こんにやく(黒)、こめサラダ油、三温糖	たまねぎ、ごぼう、にんじん、さいいんげん	酒、本みりん、しょうゆ、食塩	2.4
10 (月)	じゅんさいのみそ汁	<b>はなべん</b> (卵なし)、昆布、かつお節		じゅんさい(水素)、ふなしめじ、みみづけ	うす口しょうゆ、本みりん、酒、食塩	
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			629
	入梅いしのり焼き【入梅】	<b>いし</b> 、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	でんぷん、米粉、こめサラダ油、三温糖、 <b>白ごま</b>	しょうが	酒、しょうゆ、本みりん	28.9
11 (火)	蒸し鶏とわかめ梅和え【入梅】	鶏むね肉、わかめ(乾物)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	砂糖、でんぷん、はちみつ	ブロッコリー、キャベツ、梅(お)	酒、食塩、しょうゆ、本みりん	17.0
	肉汁	<b>鶏もも肉</b> 、大豆、油揚げ、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ、白、粉かつお節	こんにやく(黒)、こめサラダ油、三温糖	にんじん、万能ねぎ	酒、本みりん、しょうゆ	1.8
	あじないゼリー【入梅】	粉寒天、 <b>カルピス</b>	グラニュー糖	ぶどうジュース、りんごジュース	白ワイン	
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
12 (水)	カレー豆腐	鶏もも肉		たまねぎ、にんじん、コーン(缶)、えのきたけ(冷凍)、にんにく	薄だし(顆粒)、食塩、白ワイン、ウスターソース、本みりん、カレー粉、オリーブオイル、こしょう	592
	さけのムニエル	<b>さけ</b>	米粉、 <b>有塩バター</b> 、こめサラダ油		白ワイン、食塩、こしょう	26.4
	ポテトサラダ	まろ(油漬)、昆布	じゃがいも、こめサラダ油、三温糖	きゅうり、にんじん、たまねぎ	米酢、うす口しょうゆ、食塩、こしょう	19.4
	トマトの塩こうじスープ	昆布	<b>マヨネーズ</b> 、塩こうじ	トマト(加熱)、たまねぎ、マッシュルーム、ほうれん草、しょうが	うす口しょうゆ、こしょう	1.9
13 (木)	青肉メロン牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>		<b>メロン</b>		
	ソース焼きそば	<b>豚肩肉</b> 、豚バラ肉、高野豆腐	<b>中華めん</b> 、塩こうじ、こめサラダ油、 <b>ラード</b>	キャベツ、たまねぎ、たけのこ(水素)、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく	酒、中濃ソース、ウスターソース、イスタソース、しょうゆ、こしょう	606
	イカのチリソース	いか、昆布	でんぷん、こめサラダ油、三温糖	長ねぎ、しょうが、にんにく	酒、トウバンジャン、トマトケチャップ、しょうゆ	23.9
	くし豆腐のスープ	<b>くし豆腐</b> (水素)、木綿豆腐、わかめ(乾物)、昆布	でんぷん	えのきたけ、きくらげ(乾物)、しょうが	薄だし(顆粒)、うす口しょうゆ、本みりん、酒、食塩	16.0
14 (金)	クオコココナッツミルク	<b>牛乳(調理性)</b>	クオコココナッツ糖		<b>パンナップル</b> (缶)、 <b>マンゴ</b> (缶)、 <b>ココナッツミルク</b>	2.6
	乳酸菌飲料(ジョアブレン)	<b>ジョアブレン</b>				
	ごはん		米			620
	あじのさんご焼き【千葉】	<b>あじ</b> 、鶏もも肉、鶏砂肝、米みそ、焼きのり	こめサラダ油、でんぷん、三温糖	たまねぎ、にんじん、しょうが、しそ葉	しょうゆ	30.8
15 (土)	小松菜のごま和え	さつま揚げ(卵なし)、昆布、煮干し	ごま油、砂糖、 <b>白ごま</b>		しょうゆ、米酢、食塩	17.2
	なるとのきり	<b>あり</b> 、昆布、煮干し、米みそ	ごま油、三温糖		たまねぎ、にんじん、にら	1.9
	牛乳ようかん【千葉】	粉寒天、 <b>牛乳(調理性)</b> 、 <b>生クリーム</b> 、 <b>スキムミルク</b>	グラニュー糖		みかん(缶)	
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
16 (日)	ごはん		米			595
	マグロの竜田揚げ ねぎソース	<b>ねぎ</b> 、 <b>マグロ</b>	塩こうじ、でんぷん、こめサラダ油、ごま油、砂糖、はちみつ	ごま油、三温糖	しょうが、鷹の爪、万能ねぎ、にんにく	29.8
	ほうれん草のさっぱり和え	昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節		ほうれん草、キャベツ、にんじん、レモン(果汁)	米酢、しょうゆ、食塩	17.9
	切干大根のうま煮	大豆(水素)、油揚げ、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	こめサラダ油、三温糖		切干しだいこん、にんじん	1.9
17 (月)	かき玉みそ汁	<b>かき</b> 、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ、米みそ		たまねぎ、エリンギ、さいいんげん	本みりん	
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			641
	高野豆腐入り酢豚	<b>豚肩肉</b> 、 <b>豚バラ肉</b> 、高野豆腐、昆布	砂糖、でんぷん、こめサラダ油	しょうが、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たまねぎ、たけのこ(水素)、にんじん、えのきたけ、にんにく	酒、こしょう、とりから、本みりん、トマトケチャップ、イスタソース、しょうゆ	24.5
18 (火)	ぶりかきゅうり	昆布、米みそ	ごま油、三温糖	きゅうり、もやし、しょうが	とりから、しょうゆ、米酢、食塩、トウバンジャン	21.7
	はるさめスープ	<b>ペーコン</b> (卵なし)、昆布	こめサラダ油、はるさめ	にんじん、えのきたけ、長ねぎ、にら、しょうが	とりから、しょうゆ、本みりん、酒、食塩、こしょう	2.1
	さくらんぼ				<b>さくらんぼ</b>	
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
19 (水)	かまごごはん	小女子(乾物)、さば厚煎り節、ささみ昆布	米、玄米、こめサラダ油、三温糖		しょうゆ、本みりん、米酢	655.0
	厚揚げたまご	木綿豆腐、 <b>卵</b> 、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	砂糖、こめサラダ油		本みりん、酒、うす口しょうゆ、食塩	30.6
	竹輪とキャベツの酢みそ和え	竹輪(卵なし)、わかめ(乾物)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ	砂糖		キャベツ	20.4
	ゆで枝豆	鶏もも肉、生揚げ、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	じゃがいも、こめサラダ油、さめ	たまねぎ、にんじん、ふなしめじ、さいいんげん	酒、本みりん、しょうゆ、食塩	2
20 (木)	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			595
	ツナコーンサンド	まろ(油漬)、 <b>チーズ</b>	<b>無塩バター</b> 、マヨネーズ(卵なし)	コーン(水素)、たまねぎ、パセリ、レモン(果汁)	食塩、こしょう	603.0
	ピーマンサラダ	ひよこ豆(水素)、レッドキドニー(水素)、昆布	でんぷん、米粉、こめサラダ油、はちみつ、三温糖	はな(白)、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ	米酢、食塩、こしょう、洋からし(粉)	24.4
21 (金)	夏野菜スープ	鶏もも肉、昆布	オリーブ油	たまねぎ、緑アスパラ、黄アスパラ、セロリ、にんにく	白ワイン、薄だし(顆粒)、しょうゆ、食塩、こしょう	29.4
	赤肉メロン牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>		<b>メロン</b>		1.6
	シシトウ【沖縄】	<b>シシトウ</b> 、 <b>豚バラ肉</b> 、大豆(水素)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	米、押麦、こめサラダ油、砂糖	新ごぼう、にんじん、鷹の爪	しょうゆ、本みりん、酒、食塩	697
	マニーマン【沖縄】	押し豆腐、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、 <b>ペーコン</b> (卵なし)、さば厚煎り節	こめサラダ油	もやし、にんじん	薄だし(顆粒)、しょうゆ、酒、食塩	24.5
22 (土)	もずく汁【沖縄】	もずく(冷凍)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ		とうがん、ふなしめじ、万能ねぎ		32.2
	サーターアンダギー【沖縄】	高野豆腐、白いんげん豆(水素)、 <b>豆乳</b>	<b>薄力粉</b> 、黒砂糖、こめサラダ油		ペーキングパウダー	2.4
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			592
23 (日)	いなだのねぎみそ焼き	いなだ、西京みそ	三温糖	長ねぎ	酒、本みりん、しょうゆ	25.6
	江戸菜のからし和え	竹輪(卵なし)、昆布、煮干し	三温糖	えのきたけ、キャベツ	しょうゆ、洋からし(粉)、食塩	17.7
	かぼちゃのいんげん汁	絹ごし豆腐、生揚げ、昆布、煮干し	白玉粉	かぼちゃ(水素)、にんじん、だいこん、さいいんげん	しょうゆ、酒、本みりん、食塩	1.5
	紅小豆すいか				すいか	
24 (月)	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			699
	魚香肉絲【中国】	<b>豚肩肉</b> 、高野豆腐	でんぷん、こめサラダ油、三温糖、ごま油	たけのこ(水素)、にんじん、ピーマン、きくらげ(乾物)、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、トウバンジャン、米酢、薄だし(顆粒)、食塩、こしょう	27.7
	ハンバーグ【中国】	<b>ローズムス</b> (卵なし)	はるさめ、ごま油、三温糖	きゅうり、もやし	米酢、米酢、食塩	24.0
25 (火)	スムージー【中国】	<b>卵</b> 、昆布		リンゴ、コーン(水素)、にら、クリームコーン	薄だし(顆粒)、うす口しょうゆ、酒、本みりん、食塩、こしょう	2.2
	マツゴ【中国】	アゲ、 <b>牛乳(調理性)</b> 、 <b>生クリーム</b>	砂糖、はちみつ	<b>マツゴ</b> 、レモン(果汁)、ウツの実		
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				
	ごはん		米			633
26 (水)	ソーゴドリア	<b>あり</b> 、 <b>えび</b> 、昆布、白いんげん豆(水素)、 <b>牛乳(調理性)</b> 、 <b>チーズ</b> 、 <b>スキムミルク</b>	米、玄米、オリーブ油、米粉、こめサラダ油	たまねぎ、にんじん、にんにく、ふなしめじ、パセリ	食塩、バター(動物)、トマトケチャップ、白ワイン、ローリエ(粉)、こしょう	633
	マカロニサラダ	まろ(油漬)、昆布	<b>マヨネーズ</b> 、オリーブ油、三温糖	キャベツ、にんじん、レモン(果汁)	米酢、食塩、こしょう	28.5
	レンズ豆のスープ	<b>ペーコン</b> (卵なし)、レンズ豆、昆布	オリーブ油	たまねぎ、にんじん、コーン(水素)、セロリ、にんにく	白ワイン、薄だし(顆粒)、本みりん、食塩、こしょう	15.0
	ブルム				<b>ブルム</b>	2.3
27 (木)	乳酸菌飲料(ジョアブレン)	<b>ジョアブレン</b>				
	とうもろこしごはん		米、米粒麦		酒、天塩	585
	鶏肉の梅風味焼き	鶏もも肉	はちみつ	梅干し	本みりん、うす口しょうゆ、酒	23.7
	鶏肉の梅風味サラダ	鶏もも肉、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	<b>かつおの皮</b> 、こめサラダ油、砂糖	こまつな、たまねぎ	しょうゆ、米酢、酒、食塩	19.3
28 (金)	お揚げのごまみそ汁	油揚げ、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、米みそ、米みそ	ごま油、 <b>白ごま</b>	だいこん、にんじん、生しいたけ、万能ねぎ	しょうゆ、酒、本みりん、食塩	2.2
	冷凍みかん	<b>牛乳(飲用)</b>			みかん(冷凍)	
	ごはん		米			593
	夏越ごはん(雑穀ごはん)【夏越の飯】	しらす、 <b>小豆</b> (乾燥)、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節	米、米粒麦、もち米、もちきび、もちあわ、黒米、米粉、マヨネーズ(卵なし)、こめサラダ油、砂糖、でんぷん	たまねぎ、新ごぼう、にんじん、さいいんげん	ペーキングパウダー、本みりん、しょうゆ	593
29 (土)	東寺和え【京都】	<b>卵</b> 、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、粉かつお節	塩こうじ	ほうれん草、もやし	うす口しょうゆ、本みりん、酒	18.7
	いとこ汁【京都】	小豆、昆布、宗田厚煎り節、さば厚煎り節、西京みそ、米みそ	こんにやく(白)	かぼちゃ、なす	しょうゆ	16.1
	さくらんぼ				<b>さくらんぼ</b>	2.3
	牛乳	<b>牛乳(飲用)</b>				