



東京農業大学稲花小学校 2023年度 5月 給食献立表



※赤字・・・食物アレルギー対応食材(全校)

日にち	献立	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(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
8 (月)	◇ソース焼きそば ◇ピリカキゅうり ◇トックのスープ ◇フルーツヨーグルト 牛乳	豚肩肉、豚バラ肉、昆布、米みそ赤、 ブレン ヨーグルト、牛乳(飲用)	中華めん 、塩こうじ、こめサラダ油、ラード、ごま油、三温糖、トック、砂糖	キャベツ、たまねぎ、たけのこ(水煮)、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、きゅうり、もやし、だいこん、ふなしめじ、長ねぎ、ほうれんそう、レーズン、缶詰の汁、りんご(缶)・桃(缶)・洋梨(缶)、パイナップル(缶)	酒、中濃ソース、ウスターソース、オイスターソース、しょうゆ、こしょう、とりがら、米酢、食塩、トウバンジャン、うす口しょうゆ、本みりん	598 22.6 18.5 2.8
9 (火)	◇ごはん ◇納豆みそ ◇さわらのみりん焼き ◇大根とパプリカワンタンサラダ ◇山菜汁 ◇ニューサマーオレンジ 牛乳	豚もも肉、納豆、米みそ赤、 さわら 、粉かつお節、昆布、かつお節、鶏もも肉、油揚げ、 牛乳(飲用)	米、こめサラダ油、三温糖、 ワンタンの皮	長ねぎ、しょうが、にんにく、だいこん、チンゲン菜、わらび(水煮)、ふき(水煮)、細竹(水煮)、えのき(水煮)、にんじん、ごぼう、生しいたけ、万能ねぎ、ニューサマーオレンジ	酒、本みりん、うす口しょうゆ、しょうゆ、りんご酢、食塩、こしょう	607 27.2 17.0 2.2
10 (水)	◇ごはん ◇おからハンバーグ みそデミソース ◇アスパラソテー ◇粉ふき芋 ◇A B C スープ 牛乳	ひじき、豚もも肉、牛もも肉、鶏砂肝、おから、昆布、米みそ赤、青のり、ほたて貝柱(水煮)、 牛乳(飲用)	米、こめサラダ油、マヨネーズ(卵なし)、でんぷん、米粉、 有塩バター 、じゃがいも、 マカロニ 、オリーブ油	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、アスパラガス、キャベツ、ふなしめじ、赤パプリカ、こまつな	食塩、こしょう、ナツメグ(粉)、酒、鶏だし顆粒、トマトケチャップ、ウスターソース、ココアパウダー、赤ワイン、オースバイス(粉)、黒こしょう、白ワイン、しょうゆ、天塩、うす口しょうゆ	654 27.1 21.3 1.8
11 (木)	◇ごはん ◇初かつおの南蛮漬け ◇雷こんにやく ◇茶わん蒸し ◇豆腐のみそ汁 牛乳	かつお 、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、まぐろ厚削り節、 卵 、えび、かまぼこ(卵なし)、木綿豆腐、米みそ赤、米みそ白、 牛乳(飲用)	米、砂糖、米粉、でんぷん、こめサラダ油、三温糖、こんにやく(白)、こんにやく(黒)、ごま油	しょうが、にんじん、ピーマン、新たまねぎ、鷹の爪、しいたけ(乾燥)、糸みつば、えのきたけ、長ねぎ、ほうれんそう	酒、食塩、こしょう、うす口しょうゆ、本みりん、米酢、しょうゆ、椎茸もどし汁	589 28.9 15.8 1.9
12 (金)	◇きんぴら牛丼(麦ごはん) ◇小松菜のじゃが和え ◇五月汁 ◇雪中貯蔵 甘夏 牛乳	牛肩ロース肉、牛もも肉、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、ちりめんじゃこ、わかめ(乾燥)、油揚げ、米みそ、粉かつお節、 牛乳(飲用)	米、押麦、はちみつ、こめサラダ油、ざらめ、 ごま油 、 白ごま	しょうが、にんにく、たまねぎ、新ごぼう、にんじん、鷹の爪、こまつな、もやし、たけのこ(水煮)、ふき(水煮)、納豆、甘夏みかん	しょうゆ、酒、本みりん、食塩、米酢	612 22.5 23.0 2.1
15 (月)	◇チキンピラフ ◇さけの玄米フレック焼き ◇春キャベツのイタリアンサラダ ◇オニオンスープ ◇豆乳ゼリー パリーソース 牛乳	ひよこ豆(水煮) 、鶏もも肉、 さけ 、昆布、 チーズ 、アガー、 豆乳、牛乳(飲用)	米、玄米、オリーブ油、マヨネーズ(卵なし)、 玄米フレック 、 パン粉(乾燥) 、砂糖、じゃがいも、グラニュー糖	たまねぎ、にんじん、えだ豆(冷凍)、にんにく、春キャベツ、きゅうり、パプリカ、新たまねぎ、エリンギ、パセリ、ブルーベリー(冷凍)、レモン(果汁)、いちじくジャム	鶏だし顆粒、食塩、カレー粉、ターメリック(粉)、白ワイン、しょうゆ、本みりん、オースバイス(粉)、こしょう、黒こしょう、米酢、うす口しょうゆ、パコエッセンス	603 27.7 21.0 2.2
16 (火)	◇ごはん ◇レバーとじゃが芋のオーロラソース ◇あしたばのごま酢和え ◇かぶのみそ汁 ◇青肉メロン 牛乳	鶏レバー、鶏もも肉、大豆(水煮)、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、生揚げ、米みそ赤、米みそ白、 牛乳(飲用)	米、塩こうじ、でんぷん、じゃがいも、こめサラダ油、マヨネーズ(卵なし)、砂糖、ごま油、 白ごま	しょうが、あしたば、はくさい、かぶ、えのきたけ、長ねぎ、かぶ(葉)、 メロン	酒、トマトケチャップ、中濃ソース、米酢、しょうゆ、食塩	653 27.4 18.3 1.9
17 (水)	◇ごはん ◇マルルの塩こうじ焼き ◇切干大根サラダ ◇五目ひじき ◇さつま汁 牛乳	めばる 、昆布、煮干し、竹輪(卵なし)、米みそ白、油揚げ、ひじき、大豆、鶏もも肉、米みそ赤、粉かつお節、 牛乳(飲用)	米、塩こうじ、マヨネーズ(卵なし)、砂糖、ごま油、三温糖、さつまいも、糸こんにやく(黒)	切干しいたけ、こまつな、にんじん、えだ豆(冷凍)、れんこん、えのきたけ、万能ねぎ	本みりん、うす口しょうゆ、米酢、食塩、しょうゆ、酒	621 27.2 17.0 2.2
18 (木) 【★イギリス】	◇ココアパン(うず巻) ★スコッチエッグ ◇花野菜のサラダ ★スコッチブロス ◇河内晩柑 牛乳	うずら卵(水煮) 、牛もも肉、豚肩肉、おから、昆布、ベーコン(卵なし)、レンズ豆、大豆(水煮)、 牛乳(飲用)	ココアパン 、 薄力粉 、 パン粉(生) 、こめサラダ油、オリーブ油、三温糖、押麦	たまねぎ、ブロッコリー、カリフラワー、はくさい、赤パプリカ、にんじん、だいこん、コン(水煮)、マッシュルーム、さやいんげん、セロリ、にんにく、河内晩柑	食塩、ナツメグ(粉)、トマトケチャップ、ウスターソース、こしょう、米酢、白ワイン、鶏だし顆粒、本みりん、しょうゆ	605 26.6 26.4 2.0
19 (金) 【★広島】	★たこめし ◇ニギスの磯辺揚げ ◇ほうれん草とハムの和え物 ◇新玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 ★レモンチーズケーキ 牛乳	昆布、たこ、 にぎす 、青のり、ロースハム(卵なし)、宗田厚削り節、さば厚削り節、米みそ赤、米みそ白、 クリームチーズ 、 生クリーム 、 卵 、 牛乳(飲用)	米、米粒麦、 薄力粉 、こめサラダ油、三温糖、じゃがいも、グラニュー糖	ごぼう、しょうが、えだ豆(冷凍)、ほうれんそう、もやし、にんじん、新たまねぎ、ふなしめじ、レモン(果汁)	しょうゆ、本みりん、酒、天塩、ベーキングパウダー、食塩、米酢	630 27.3 21.6 2.3
22 (月)	◇ごはん ◇親子焼き ◇きゅうりの浅漬け ◇たけのこの五目きんぴら ◇なめこの赤だし 牛乳	卵 、鶏もも肉、ひじき、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、さつま揚げ(卵なし)、木綿豆腐、米みそ、八丁みそ、粉かつお節、 牛乳(飲用)	米、こめサラダ油、砂糖、三温糖、ごま油	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、しょうが、たけのこ(水煮)、にんじん、生しいたけ、ピーマン、鷹の爪、なめこ、長ねぎ、さやいんげん	酒、うす口しょうゆ、米酢、食塩、しょうゆ、昆布茶、本みりん	599 26.3 19.4 1.9
23 (火)	◇スパゲティ ボンゴレロツ ◇じゃがまる ◇ピーナスサラダ ◇バナナ 牛乳	あさり 、ベーコン(卵なし)、昆布、 チーズ 、 スキムミルク 、まぐろ(水煮)、 ひよこ豆(水煮) 、レッドピース(水煮)、 牛乳(飲用)	スパゲティ 、オリーブ油、 薄力粉 、三温糖、じゃがいも、でんぷん、こめサラダ油	たまねぎ、エリンギ、にんじん、こまつな、セロリ、にんにく、トマト(缶)、コン(水煮)、クリームコン、はくさい、赤パプリカ、えだ豆(冷凍)、レモン(果汁)、バナナ	白ワイン、鶏だし顆粒、トマトケチャップ、ウスターソース、ローリエ(粉)、食塩、こしょう、米酢、しょうゆ	594 26.7 18.8 1.2
24 (水)	◇グリーンピースごはん ◇さばのごまみそ焼き ◇ほうれん草のさっぱり和え ◇新じゃがのそぼろ煮 ◇紅小玉すいか 牛乳	昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、 さば 、西京みそ、鶏もも肉、鶏砂肝、レンズ豆、 うずら卵(水煮) 、 牛乳(飲用)	米、米粒麦、三温糖、 白ごま 、新じゃがいも、こめサラダ油、でんぷん	グリーンピース、ほうれんそう、えのきたけ、にんじん、レモン(果汁)、たまねぎ、すいか	酒、天塩、うす口しょうゆ、本みりん、しょうゆ、食塩、米酢	624 28.8 19.5 2.1
25 (木)	◇ハヤシライス(麦ごはん) ◇グリーンサラダ 新にんじんドレッシング ◇白玉ボンチ 牛乳	牛もも肉、ベーコン(卵なし)、昆布、米みそ、 生クリーム 、絹ごし豆腐、 牛乳(飲用)	米、押麦、砂糖、こめサラダ油、米粉、 無塩バター 、三温糖、オリーブ油、白玉粉、グラニュー糖	たまねぎ、にんじん、ふなしめじ、マッシュルーム、にんにく、しょうが、トマトピューレ、春キャベツ、きゅうり、コン(水煮)、新にんじん、りんご(缶)・桃(缶)・洋梨(缶)、みかん(缶)	赤ワイン、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、本みりん、食塩、ココアパウダー、パプリカ(粉)、ローリエ(粉)、こしょう、米酢、白ワイン、オレンジキュラソー	670 21.6 20.8 1.7
26 (金)	◇ごはん ◇くじらの竜田揚げ ◇新にんじんのしりしり ◇煮しそら豆 ◇切干大根のみそ汁 牛乳	くじら肉、 卵 、まぐろ(油漬)、粉かつお節、昆布、煮干し、米みそ赤、米みそ白、 牛乳(飲用)	米、でんぷん、こめサラダ油、 うず巻き庄内ふ	にんにく、しょうが、新にんじん、もやし、そらまめ、切干しいたけ、だいこん、生しいたけ、長ねぎ、こまつな	ウスターソース、酒、しょうゆ、米酢、食塩、本みりん、こしょう	693 34.7 18.5 1.9
29 (月)	◇ピザトースト ◇かいそうサラダ ◇じゃがいも豆乳ポタージュ ◇おかしな目玉焼きゼリー ◇乳酸菌飲料(ジョアブレン)	ベーコン(卵なし)、 チーズ 、ほたて貝柱、たこ、昆布、海藻(乾燥)、白いんげん豆(水煮)、 豆乳 、 スキムミルク 、粉寒天、 牛乳(調理用) 、 ジョアブレン	無塩食パン 、オリーブ油、塩こうじ、マヨネーズ(卵なし)、砂糖、じゃがいも、グラニュー糖	たまねぎ、ふなしめじ、マッシュルーム、トマト(缶)、ピーマン、コン(水煮)、にんにく、春キャベツ、アスパラガス、セロリ、しょうが、パセリ、アプリコット(缶)	トマトケチャップ、オレガノ(粉)、パプリカ(粉)、こしょう、白ワイン、粒マスタード、米酢、食塩、鶏だし顆粒、パコエッセンス	608 25.9 19.8 1.7
30 (火)	◇麻婆豆腐丼(玄米ごはん) ◇エビ餃子 ◇ハンバーグ ◇パイナップル 牛乳	木綿豆腐、豚もも肉、レンズ豆、米みそ赤、八丁みそ、米みそ白、えび、いか、ロースハム(卵なし)、 牛乳(飲用)	米、玄米、ごま油、三温糖、でんぷん、マヨネーズ(卵なし)、砂糖、 ぎょうざの皮 、 薄力粉 、こめサラダ油、はるさめ	長ねぎ、しょうが、にんにく、はくさい、たまねぎ、にら、きゅうり、もやし、きくらげ(乾燥)、パイナップル	酒、トウバンジャン、鶏だし顆粒、しょうゆ、テンメシジャン、本みりん、オイスターソース、カレー粉、食塩、こしょう、米酢	674 28.6 17.8 1.9
31 (水) 【★滋賀】	★しいめし ◇ししゃもフライ ◇インゲンのごまサラダ ★打ち豆汁 ◇甘夏 牛乳	昆布、鶏もも肉、 ししゃも 、宗田厚削り節、さば厚削り節、油揚げ、大豆、米みそ赤、米みそ白、粉かつお節、 牛乳(飲用)	米、押麦、糸こんにやく(黒)、こめサラダ油、三温糖、 薄力粉 、 パン粉(乾燥) 、マヨネーズ(卵なし)、 白ごま	ごぼう、にんじん、しいたけ(乾燥)、さやいんげん、キャベツ、ずいき(乾燥)、だいこん、長ねぎ、ほうれんそう、甘夏	椎茸もどし汁、しょうゆ、本みりん、食塩、酒、米酢	595 23.5 22.5 2.2

食材の生産・出荷状況等により予告なく、食材や献立が変更になることがあります。