

【東京農業大学稲花小学校 2024年 4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(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
8 (月) 1学期始業	チキンカレーライス(玄米ごはん)	鶏もも肉、大豆、昆布	米、玄米、こめサラダ油、じゃがいも、米粉	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	赤ワイン、こしょう、ナツメグ(粉)、ココアパウダー、パプリカ(粉)、ターメリック(粉)、鶏だし顆粒、トマトケチャップ、ウスターソース、食塩、しょうゆ、チャツネ、カレー粉	652
	春キャベツのコールスローサラダ	ロースハム(卵なし)、昆布	オリーブ油、三温糖	春キャベツ、きゅうり、コーン(缶)、レモン(果汁)	食塩、こしょう	24.3
	フルーツカムカムジュレ和え【農大食材】	アガー	砂糖、はちみつ	カムカムドリンク、いちご、りんご(缶)、桃(缶)、洋梨(缶)、みかん(缶)、缶詰の汁		17.2
	牛乳	牛乳(飲用)				1.6
9 (火)	ごはん		米			616
	トピオオとムロアジのメンチカツ	鶏もも肉、とびうお、むろあじ、卵	パン粉(乾燥)、薄力粉、パン粉(生)、こめサラダ油	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	中濃ソース、トマトケチャップ、食塩、こしょう	26.5
	のらぼう菜のりめし	昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、焼きのり	砂糖	のらぼう菜、もやし、にんじん	しょうゆ、食塩	17.0
	豆腐の赤だし	木綿豆腐、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、米みそ、八丁みそ、粉かつお節		えのきたけ、長ねぎ、さやいんげん	本みりん	1.9
でこぼん			デコボン			
牛乳	牛乳(飲用)					
10 (水)	スパゲッティミートソース	豚もも肉、豚レバー、牛もも肉、レンズ豆、昆布、チーズ	スパゲッティ、オリーブ油、こめサラダ油、三温糖	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ピーマン、セロリ、にんにく、トマト(缶)	酒、ナツメグ(粉)、赤ワイン、トマトケチャップ、ウスターソース、ココアパウダー、食塩、ローリエ(粉)、こしょう	698
	2色アスパラのみそドレッシング	えび、昆布、米みそ白	こめサラダ油、三温糖	キャベツ、アスパラガス、ホワイトアスパラガス	白ワイン、米酢、しょうゆ	33.4
	かぶの塩こうじスープ	ベーコン(卵なし)、昆布	塩こうじ	かぶ、たまねぎ、にんじん、こまつな、しょうが	酒、うす口しょうゆ、こしょう	24.9
	米粉の黒糖蒸しパン	高野豆腐、豆乳	米粉、黒砂糖、こめサラダ油	レーズン	ベーキングパウダー	2.5
牛乳	牛乳(飲用)					
11 (木)	たけのこごはん	昆布、かつお削り節、鶏もも肉、鶏砂肝、油揚げ	米、押麦、こめサラダ油	たけのこ(水煮)、絹さや	うす口しょうゆ、本みりん、酒、食塩、しょうゆ	589
	さわらの西京焼き	さわら、西京みそ	三温糖		酒、本みりん、しょうゆ	27.6
	新ごぼうのサラダ	まぐろ(油漬)、昆布、かつお削り節	マヨネーズ(卵なし)、三温糖、こめサラダ油	新ごぼう、きゅうり、にんじん、コーン(缶)	米酢、しょうゆ、食塩	20.3
	花ふのすまし汁	昆布、かつお削り節	あしたばうどん、花ふ	ぶなしめじ、ほうれんそう	酒、うす口しょうゆ、本みりん、食塩	2.4
清見オレンジ			清見オレンジ			
牛乳	牛乳(飲用)					
12 (金)	ごはん		米			590
	あじの竜田揚げ	まあじ	塩こうじ、でんぷん、米粉、こめサラダ油	しょうが、にんにく	しょうゆ、酒	27.8
	かぶの梅かつお和え	昆布、煮干し、さば削り節	はちみつ	かぶ、春はくさい、かぶ(葉)、梅びしお	うす口しょうゆ	17.8
	きんぴら	豚肩肉	糸こんにゃく(黒)、こめサラダ油、ざらめ、ごま油	にんじん、れんこん、ピーマン、鷹の爪	酒、しょうゆ、本みりん、食塩	2.0
新玉ねぎのみそ汁	生揚げ、昆布、煮干し、米みそ赤、米みそ白		新たまねぎ、生しいたけ、さやいんげん	本みりん		
牛乳	牛乳(飲用)					
15 (月)	山菜おこわ	昆布、煮干し、竹輪(卵なし)、小スビ(乾燥)、大豆	米、もち米、米粒麦、もちあわ、ごま油、三温糖	ごぼう、わらび・ぜんまい・細竹・えのき(水煮)、にんじん	しょうゆ、本みりん、食塩、酒、うす口しょうゆ	586
	さけの粉豆腐衣揚げ	さけ、高野豆腐	米粉、こめサラダ油		食塩	28.4
	ほうれん草とわかめのおかか和え	わかめ(乾燥)、昆布、煮干し、まぐろ削り節	マヨネーズ(卵なし)、三温糖	ほうれんそう、もやし	しょうゆ、食塩	16.7
	じゃが芋とスナップエンドウのみそ汁	昆布、煮干し、米みそ赤、米みそ白	じゃがいも	たまねぎ、えのきたけ、スナップエンドウ	本みりん	2.5
日向夏			日向夏			
牛乳	牛乳(飲用)					
16 (火)	ブルゴギ丼(玄米ごはん)【ソウル】	牛もも肉、豚肩肉	米、玄米、砂糖、でんぷん、こめサラダ油、はるさめ、はちみつ、ごま油	りんご(加熱)、にんにく、しょうが、たまねぎ、ぶなしめじ、こまつな、にんじん	酒、しょうゆ、コチジャン、オイスターソース、食塩、こしょう	693
	海鮮チヂミ【ソウル】	あさり、いか、昆布、卵	薄力粉、こめサラダ油、砂糖	にら	酒、うす口しょうゆ、鶏だし顆粒、食塩、米酢、しょうゆ、本みりん	27.3
	しらすとトマトのスープ	しらす、木綿豆腐、もずく(冷凍)、昆布		トマト(加熱)、万能ねぎ	うす口しょうゆ、本みりん、酒、食塩	23.5
	牛乳	牛乳(飲用)				1.9
17 (水) 健康診断	ぶどうパン		ぶどうパン			688
	マカロニグラタン	鶏もも肉、大豆(水煮)、レンズ豆、昆布、牛乳(調理用)、白いんげん豆(水煮)、スキムミルク、生クリーム、チーズ	マカロニ、有塩バター、米粉、こめサラダ油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、パセリ	白ワイン、鶏だし顆粒、本みりん、食塩、こしょう	34.3
	ひじきサラダ	ひじき、昆布、ロースハム(卵なし)	こめサラダ油、三温糖	ブロッコリー、コーン(缶)、新たまねぎ、レモン(果汁)	本みりん、しょうゆ、酒、白ワイン、食塩、こしょう、米酢	21.6
	小エビとキャベツのスープ	小エビ(乾燥)、昆布		キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	鶏だし顆粒、うす口しょうゆ、本みりん、食塩、こしょう	2.6
ジョア(ブレン)	ジョア(ブレン)					
18 (木)	ごはん		米			599
	豚肉のしょうが焼き	豚肩肉	こめサラダ油、三温糖、でんぷん	たまねぎ、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、本みりん、こしょう	26.5
	ツナとかぶのサラダ	まぐろ(油漬)、昆布、かつお削り節、米みそ白	ごま油	かぶ、はくさい、にんじん、かぶ(葉)	甘酒、米酢	16.5
	たけのこのすまし汁	昆布、かつお削り節	てまりふ	たけのこ(水煮)、えのきたけ、こまつな	酒、うす口しょうゆ、本みりん、食塩	1.9
よもぎもち	絹ごし豆腐、きな粉	白玉粉、上新粉、砂糖、黒みつ、でんぷん	よもぎ	食塩		
牛乳	牛乳(飲用)					
19 (金)	ごはん		米			594
	メバルの煮付け	めばる、昆布、煮干し	三温糖	長ねぎ、しょうが	酒、しょうゆ、本みりん	27.7
	チンゲン菜のごま和え	昆布、煮干し	三温糖、白ごま	チンゲン菜、キャベツ、にんじん	しょうゆ、食塩	17.7
	新じゃがのいそ和え	大豆(水煮)、青のり	新じゃがいも、でんぷん、こめサラダ油		食塩	2.2
ふきのみそ汁	豚肩肉、昆布、煮干し、米みそ赤、米みそ白、粉かつお節		ふき(水煮)、ぶなしめじ、さやいんげん	酒		
牛乳	牛乳(飲用)					
22 (月)	あしたばのかき揚げ丼(玄米ごはん)	あさり、昆布、煮干し	米、玄米、米粉、マヨネーズ(卵なし)、コーンスターチ、こめサラダ油、砂糖、でんぷん	たまねぎ、あしたば、にんじん	本みりん、しょうゆ	662
	スナップエンドウのじゃこ和え	ちりめんじゃこ、昆布、煮干し、焼きのり	ごま油、三温糖	はくさい、スナップエンドウ	しょうゆ、米酢、食塩	21.2
	にら玉みそ汁	卵、高野豆腐、昆布、煮干し、米みそ赤、米みそ白		たまねぎ、生しいたけ、にら	本みりん	23.5
	清見オレンジ			清見オレンジ		2.0
牛乳	牛乳(飲用)					
23 (火)	たけのこアスパラのピラフ	まぐろ(水煮)、ベーコン(卵なし)	米、押麦、こめサラダ油、有塩バター	たけのこ(水煮)、たまねぎ、にんじん、アスパラガス、にんにく	鶏だし顆粒、食塩、白ワイン、こしょう	585
	ヨーグルトチキン	鶏もも肉、プレーンヨーグルト、米みそ白			本みりん、酒	29.9
	かいそうサラダ	ほたて貝柱、えび、昆布、海藻(乾燥)	オリーブ油、三温糖	ブロッコリー、きゅうり、たまねぎ	白ワイン、食塩、こしょう、米酢	23.0
	春キャベツの豆乳ポタージュ	レンズ豆、白いんげん豆(水煮)、豆乳、豆乳クリーム、昆布	オリーブ油	春キャベツ、たまねぎ、パセリ	白ワイン、鶏だし顆粒、ローリエ(粉)、食塩、こしょう	1.9
牛乳	牛乳(飲用)					
24 (水)	ごはん		米			585
	山菜入りつくね焼き 照り焼きソース	高野豆腐、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、鶏もも肉、鶏砂肝、米みそ白	こめサラダ油、三温糖、マヨネーズ(卵なし)、でんぷん、砂糖	わらび・ぜんまい・細竹・えのき(水煮)、たまねぎ、しょうが	食塩、黒こしょう、しょうゆ、酒、本みりん	26.1
	切干大根と小松菜のおひたし	昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節	砂糖	切干だいこん、こまつな、にんじん	うす口しょうゆ、本みりん、しょうゆ、食塩	18.0
	なめこのみそ汁	生揚げ、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、米みそ赤、米みそ白、粉かつお節	ながいも	なめこ、万能ねぎ	本みりん	1.7
河内晩柑			河内晩柑			
牛乳	牛乳(飲用)					
25 (木)	ちゃんぽん【長崎】	豚肩肉、えび、いか、あさり、昆布	ラーメン、こめサラダ油、三温糖	キャベツ、もやし、長ねぎ、にんじん、コーン(缶)、にら、きくらげ(乾燥)、にんにく、しょうが	酒、とりがら、オイスターソース、本みりん、うす口しょうゆ、食塩、こしょう	605
	江戸菜のツナ和え	まぐろ(油漬)、昆布	マヨネーズ(卵なし)、三温糖、白ごま	えどな、かぶ、しょうが	とりがら、米酢、しょうゆ、食塩	27.6
	米粉のカステラ【長崎】	卵	米粉、砂糖、はちみつ		ベーキングパウダー、本みりん	22.2
	ママオとママコのあとひきみそ大豆	ママオとママコのあとひきみそ大豆				1.9
牛乳	牛乳(飲用)					
26 (金)	ごはん		米			587
	さばの塩焼き	さば			酒、天塩	26.6
	あちら漬け【福岡】	昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節	砂糖	れんこん、きゅうり、しょうが	米酢、しょうゆ、天塩、一味唐辛子	17.0
	がめ煮【福岡】	鶏もも肉、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節	じゃがいも、こんにゃく(黒)、こめサラダ油、ざらめ	にんじん、たけのこ(水煮)、ごぼう、さやいんげん、しいたけ(乾燥)	酒、椎茸どし汁、本みりん、しょうゆ	1.7
だご汁【福岡】	絹ごし豆腐、油揚げ、昆布、宗田厚削り節、さば厚削り節、米みそ赤、米みそ白	米粉、でんぷん	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	しょうゆ、本みりん		
牛乳	牛乳(飲用)					