




令和8年5月 給食献立表



大田区立田園調布小学校

| 日 曜 | 主食・主菜 | 副菜・デザート | 牛乳 | 血や肉になる食品 | 熱や力になる食品 | 体の調子を整える食品 | ひとこと |
|---------|--------------------------|------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---|---|------|
| 1 金 | ごはん サバの西京焼き | さわに汁 ごまずあえ | サバ こんぶ ○ とうりにく かつお節 牛乳 | 米 麦 さとう ごま 油 | しょうが ごぼう にんじん だいこん たけのこ 長ねぎ もやし こまつな にんにく | <今月の給食目標> 健康な体を つくろう | |
| 7 木 | ごまチャーハン | ちゅうか風コーンスープ ビーンズポテト | ぶたにく たまご ○ とうりにく 大豆 牛乳 | 米 麦 油 ごま かたくり粉 はるさめ じゃが芋 | にんにく にんじん たけのこ 長ねぎ たまねぎ コーン こまつな | ~低学年~ よくかんで たべよう | |
| 8 金 | ドライカレー | かいそうサラダ | ぶたにく レンズ豆 ○ かいそう 牛乳 | 米 麦 さとう 米粉 油 | にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 干しぶどう キャベツ きゅうり コーン | ~中学年~ よくかんで 何でも食べよう | |
| 11 月 | スパゲッティ ツナトマトソース | ビーンズサラダ ぶどうゼリー | ベーコン ツナ ○ 大豆 かいそう 牛乳 | スパゲッティ 油 米粉 さとう | にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 ビーマン キャベツ きゅうり コーン ぶどうジュース | ~高学年~ よくかんで 残さず食べよう | |
| 12 火 | ごはん カツオのチリソース 季節の味 | きのことうふのスープ かみかみサラダ | カツオ とうりにく ○ 豆腐 牛乳 | 米 麦 かたくり粉 油 さとう | にんにく しょうが たまねぎ にんじん えのき 長ねぎ こまつな 切干しいんじん きゅうり キャベツ |  | |
| 13 水 | ビスキュイパン ポトフ | ペンネソテー | ぶたにく ○ 牛乳 | 丸パン バター さとう 小麦粉 油 じゃが芋 マカロニ | にんじん たまねぎ キャベツ パセリ しょうが にんにく マッシュルーム ビーマン | 13日の「ビスキュイパン」は、小麦粉・さとう・バターなどを混ぜたビスキュイ生地をパンにのせてやいた、メロンパンのような味です。 | |
| 14 木 | 高野豆腐のそぼろ丼 | ワンタンスープ れいとうみかん 北海道の料理 | とうりにく 高野豆腐 ○ ぶたにく 牛乳 | 米 麦 油 さとう ワンタンの皮 | しょうが にんじん たまねぎ しいたけ さやいんげん だいこん もやし 長ねぎ こまつな みかん | | |
| 15 金 | ごはん サケの塩こうじ焼き | どさんこ汁 ごま入りじゃこサラダ | サケ ぶたにく 油揚げ ○ みそ ちりめんじゃこ 牛乳 | 米 麦 油 じゃが芋 さとう ごま | しょうが だいこん にんじん たまねぎ ごぼう コーン 長ねぎ きゅうり | | |
| 18 月 | ハヤシライス | ポテトフレンチサラダ れいとうみかん | ぶたにく ○ 牛乳 | 米 麦 油 さとう 米粉 じゃが芋 | しょうが にんにく セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム きゅうり コーン みかん | | |
| 19 火 | おかかふりかけごはん 厚あげのそぼろがけ | じゃが芋とさつま揚げの煮物 おひたし | かつお節 厚揚げ とうりにく ○ さつま揚げ 牛乳 | 米 麦 さとう ごま 油 かたくり粉 じゃが芋 | しょうが たまねぎ にんじん しいたけ さやいんげん こまつな キャベツ | | |
| 20 水 | セルフフィッシュバーガー | ミネストローネ くだもの | メルルーサ ぶたにく ○ ひよこ豆 牛乳 | 丸パン 小麦粉 油 乾燥パン粉 生パン粉 じゃが芋 マカロニ | セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム キャベツ パセリ くだもの | 21日のそら豆は、1年生がさやむきをします。 | |
| 21 木 | スタミナ丼 | むらくも汁 あげそら豆 季節の味 | ぶたにく とうりにく ○ たまご 牛乳 | 米 麦 油 さとう かたくり粉 | にんにく しょうが たまねぎ にんじん ビーマン そら豆 もやし えのき 長ねぎ こまつな | ◇くだものは、かんきつ類など季節のものを使用します。 | |
| 22 金 | ひじきふりかけごはん 魚のカレー風味焼き | 豚汁 いそあえ | ひじき かつお節 ぶたにく ○ 油揚げ みそ ホキのり 牛乳 | 米 麦 さとう 油 じゃが芋 こんにゃく | 赤じそ にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ こまつな しょうが にんにく キャベツ | ◇材料の都合で献立を変更することがあります。 | |
| 26 火 | ジャージャーめん | ヨーグルトケーキ | ぶたにく たまご ○ ヨーグルト 生クリーム 牛乳 | ちゅうかめん 油 さとう かたくり粉 バター 米粉 | にんにく しょうが にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ にら もやし きゅうり | ◇今月の平均栄養価 エネルギー607kcal たんぱく質 24.6g カルシウム 324mg 食塩相当量 2.1g | |
| 27 水 | チーズトースト ポークビーンズ | マカロニ入りサラダ 鹿児島県の料理 | チーズ ベーコン ○ ぶたにく 金時豆 大豆 牛乳 | 食パン 油 さとう じゃが芋 米粉 マカロニ | にんにく しょうが セロリ トマト缶 マッシュルーム にんじん たまねぎ ビーマン キャベツ きゅうり コーン | ◇給食の回数 17回 | |
| 28 木 | きじ焼き丼 | さつま汁 ちゅうか風きゅうり | とうりにく のり ○ 油揚げ みそ 牛乳 | 米 麦 さとう かたくり粉 油 こんにゃく さつま芋 | しょうが にんじん ごぼう だいこん 長ねぎ こまつな きゅうり | | |
| 29 金 | ツナこんぶごはん 肉じゃが | のり塩大豆 | こんぶ ツな ぶたにく ○ 大豆 青のり 牛乳 | 米 もち米 油 さとう じゃが芋 こんにゃく かたくり粉 | しょうが にんじん たまねぎ しいたけ さやいんげん | | |
| 6/1 (月) | ぶたキムチ丼 | ビーフンスープ | ぶたにく ベーコン ○ とうりにく とうふ 牛乳 | 米 麦 油 ビーフン | しょうが にんにく ほうきさい にんじん もやし にら たまねぎ チンゲン菜 | 6月の献立表は 6月1日に配信します。 | |