

第14回 大田区学校給食展

【令和8年 7/28(火)～7/30(木)】

場所:大田区役所 1階 北ロビー

* 給食の歴史などの掲示や、体験・実物展示など
 <<問い合わせ>>03-5744-1431

令和8年 7月 給食献立表

大田区立東調布第三小学校

日	主食	牛乳	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	エネルギー たんぱく質
1 水	五目ごはん	○	鶏肉、油揚げ	米、麦、砂糖	たけのこ、にんじん、干しいたけ、小松菜	566 kcal
	鶏肉の塩麴焼き		鶏肉			28.0 g
	のっぺい汁		鶏肉	さといも	にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ	
2 木	カレードック	○	豚肉、大豆ミート	コッペパン、油	にんじん、たまねぎ	525 kcal
	コーンと野菜スープ		鶏肉	油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、しょうが、キャベツ、ホールコーン、パセリ	22.2 g
	清美オレンジゼリー		粉寒天	砂糖	清美オレンジ果汁	
3 金	豚丼	○	豚肉、削り節	米、麦、油、砂糖	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが	623 kcal
	豆豚汁		豚肉、大豆、豆腐	こんにゃく	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、ごぼう、だいこん、しめじ	25.1 g
	りんごかもしれないゼリー		粉寒天	砂糖	リンゴジュース	
6 月	上海めん	○	豚肉	油、蒸し中華めん、でん粉、ごま油	にんじん、干しいたけ、たまねぎ、しょうが、はくさい、もやし、チンゲンサイ	659 kcal
	ビーンズポテト		大豆	油、じゃがいも、でん粉		23.1 g
	ルルラフルーツ白玉			白玉粉、砂糖	りんご缶、みかん缶	
7 火	セタ寿司	○	昆布、油揚げ、生鮭	米、砂糖	にんじん、たけのこ、干しいたけ、かんぴょう、さやいんげん	532 kcal
	セタ汁		鶏肉、かまぼこ	フォー	にんじん、えのきたけ、ねぎ、小松菜	23.7 g
	ポコポコフルーツゼリー		粉寒天	砂糖	オレンジジュース、りんご缶、みかん缶	
8 水	ご飯	○		米		590 kcal
	鶏の唐揚げ		鶏肉	でん粉、油	しょうが、にんにく	23.4 g
	キャベツのおかか和え		かつお節	砂糖	キャベツ、もやし、にんじん	
	豆腐の味噌汁		わかめ、豆腐		にんじん、だいこん、小松菜	
9 木	パエリア	○	鳥がら、鶏肉	米、麦、油	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、赤ピーマン、ピーマン	515 kcal
	ひよこ豆入りトマトスープ		鶏肉、ひよこ豆	油	にんじん、たまねぎキャベツ、ホールトマト	19.9 g
	とうもろこしばあさんのごはん				とうもろこし	
10 金	血の池ラーメン	○	鳥がら、昆布、豚肉	油、蒸し中華めん、砂糖	しょうが、にんにく、にんじん、もやし、チンゲンサイ	479 kcal
	ちくわの磯辺揚げ		焼き竹輪、青のり	米粉、油		22.2 g
	果物				かんきつ類	
13 月	メキシカンライス	○	豚肉、ウィンナー	米、麦、油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ピーマン、トマトピューレ、コーン	638 kcal
	タンドリーチキン		鶏肉、ソイヨーグルト		にんにく、しょうが	27.0 g
	コーンスープ		鶏肉、豆乳	油、米粉	たまねぎ、にんじん、しょうが、クリームコーン、パセリ	
14 火	カレーあんかけ焼きそば	○	豚肉もも、鳥がら	油、蒸し中華麺、でん粉	しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ、小松菜	594 kcal
	チンゲンサイのスープ		鶏肉	ごま油	しょうが、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ	25.2 g
	うみのソーダーゼリー		粉寒天	砂糖、サイダー		
15 水	メープルシロップトースト	○		食パン、ソイレブール、三温糖		664 kcal
	コーンシチュー		鶏、調製豆乳	油、じゃがいも、米粉	たまねぎ、にんじん、しょうが、クリームコーン、ホールコーン	21.5 g
	マセドアンサラダ		チキンハム	じゃがいも、サラダ油、砂糖	にんじん、きゅうり、コーン	
16 木	ひみつのカレーライス	○	鳥がら、豚肉	米、麦、油、じゃがいも	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ	599 kcal
	福神漬け				福神漬け	19.4 g
	コーンサラダ			油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし	
	エルマーのみかんゼリー		粉寒天	砂糖	みかんジュース	

＜お知らせ＞

- ・ 行事食や食材購入の都合により、献立や材料が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ・ 特に野菜や果物は、天候による不作、価格高騰などの理由で、急遽変更になることがあります。