

[5 月 食 品 一 覧 表]

2025年 5月

馬込第二小学校

日	献立名	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
1 木	カレーミートドック		鶏肉(挽肉), レンズまめ(乾)	無塩パン(50g), 油, 小麦粉	にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ
	ポトフ	○	鳥がら, ベーコン, 豚肉もも(角切り)	油, じゃがいも	しょうが, セロリー, にんじん, たまねぎ, キャベツ, パセリ
	カリッと大豆サラダ		大豆	でん粉, 油, サラダ油, 砂糖	もやし, キャベツ, にんじん, ホールコーン
2 金	きじ焼き丼		鶏肉切り身(50g), きざみのり	米, 麦, 砂糖, でん粉	
	春野菜のみそ汁	○	削り節(だし), 厚揚げ, カットわかめ	じゃがいも	たまねぎ, キャベツ
	抹茶ミルクプリン		粉寒天, 調理性牛乳, 生クリーム	砂糖	
7 水	たけのこ寿司		昆布(だし), 油揚げ, 削り節(だし), きざみのり	米, 砂糖, 白いりごま	にんじん, たけのこ(水煮), 小松菜
	かつおのあずま煮	○	かつお 角切り	でん粉, 油, 砂糖, 白いりごま	しょうが
	ずまし汁		削り節(だし), 昆布(だし), 豆腐, かまぼこ, カットわかめ		にんじん, えのきたけ, だいこん, ねぎ
8 木	シーフードピラフ		鳥がら, 鶏肉(薄切り), むきえび, いか(短冊)	米, 麦, パター, 油	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム(缶), ピーマン
	白身魚のラビゴットソース	○	ホキ(50g)	でん粉, 油, サラダ油, 砂糖	たまねぎ, 干しぶどう, ホールコーン, トマト, むき枝豆, スズキーニ
	ジュリエンスープ		鳥がら, ベーコン		しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ
9 金	四川風麻婆豆腐丼		鶏肉(挽肉), 鳥がら, 豆腐	米, 麦, 油, でん粉, ごま油	にんにく, しょうが, 干しいたけ, たまねぎ, ねぎ, にら
	ワンタンスープ	○	鳥がら, 鶏肉(挽肉)	ワンタンの皮(給), ごま油	しょうが, にんじん, たまねぎ, もやし, しょうが汁, ねぎ, にら
	くだもの(甘夏みかん)				甘夏みかん
12 月	きつねうどん		昆布(だし), 厚削り節(だし), 油揚げ(1/2)	冷凍うどん(給), 砂糖	干しいたけ, にんじん, たまねぎ, ねぎ, 小松菜
	ひじきとコーンのかき揚げ	○	干ひじき(ｽﾌﾟﾙｽﾏﾝ, 乾), いか(短冊), 大豆	白いりごま, 小麦粉, でん粉, 油	ホールコーン, ごぼう, たまねぎ
	くだもの(清美オレンジ)				清見オレンジ
13 火	チキンライス		鳥がら, 鶏肉(角切り)	米, 麦, パター, 油	しょうが, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム(缶), ピーマン
	鮭のバジル焼き	○	生鮭(50g)	マヨネーズ(卵不使用), ソフトパン粉	バジル
	鶏肉と小松菜のスープ		鳥がら, 鶏肉(薄切り)	ごま油	しょうが, にんじん, たまねぎ, 小松菜, ねぎ
14 水	豆入り中華おこわ		鶏肉(薄切り), 大豆, むきえび	米, もち米, 砂糖, ごま油, 油	にんじん, たけのこ(水煮), ねぎ, 干しいたけ, 小松菜
	春巻き	○	豚肉もも(細切り)	油, はるさめ, ごま油, でん粉, 春巻の皮	しょうが, にんじん, たまねぎ, たけのこ(水煮), 干しいたけ
	チンゲンサイのスープ		鳥がら, 鶏肉(薄切り)	ごま油	しょうが, にんじん, たまねぎ, チンゲンサイ, ねぎ
15 木	ホットツナサンド		ツナ缶(オイル)	ｼｮｰﾄﾝｸﾞﾊﾝﾊﾞｰ(50g), 油, マヨネーズ(卵不使用)	たまねぎ
	キャベツとじゃがいものスープ	○	鳥がら, 鶏肉(角切り)	じゃがいも	しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, ホールコーン
	フルーツポンチ			砂糖	黄桃(缶), みかん(缶), りんご(缶詰)
16 金	きのこそばろ丼		鶏肉(挽肉)	米, 麦, 油, 三温糖	たまねぎ, エリンギ, えのきたけ, 干しいたけ, しょうが, さやいんげん
	野菜の昆布和え	○	塩昆布	ごま油, 砂糖, 白いりごま	にんじん, キャベツ, 小松菜, きゅうり
	かきたま汁		昆布(だし), 削り節(だし), 鶏肉(角切り), 豆腐, 鶏卵, カットわかめ	でん粉	にんじん, たまねぎ, ねぎ
	くだもの(美生柑)				美生柑
19 月	ごはん			米, 麦	
	ひじきのふりかけ	○	干ひじき(ｽﾌﾟﾙｽﾏﾝ, 乾), かつお節(粉)	砂糖, 白いりごま	
	ツナ入りたまご焼き		ツナ缶(オイル), 鶏卵	油, じゃがいも	たまねぎ, にんじん, 小松菜
	ごまみそ汁		削り節(だし), 鶏肉(角切り), 豆腐, カットわかめ	白すりごま	だいこん, にんじん, 小松菜, ねぎ
20 火	桜えびとｱｽﾞﾏｲのｸﾗｰﾑｽｰﾌﾟ		ベーコン, 鳥がら, 調理性牛乳, 生クリーム, さくらえび(煮干し)	ｽﾊﾞｹｯﾃﾂ, 油, サラダ油, パター, 小麦粉	にんにく, たまねぎ, にんじん, マッシュルーム(缶), エリンギ, しょうが, アスパラガス
	豚ねぎだれサラダ	○	豚肉(薄切り)	サラダ油, ごま油, 砂糖, 白いりごま	もやし, にんじん, きゅうり, キャベツ, ねぎ, しょうが, にんにく
	くだもの(いちご)				いちご
21 水	ビビンバ(ごはん)		豚肉(挽肉), 鶏卵	米, 麦, 油, 砂糖, ごま油, つきこんにゃく, 白いりごま	しょうが, たけのこ(水煮), にんじん, 小松菜, もやし
	ワンタンスープ	○	鳥がら, 鶏肉(挽肉)	ワンタンの皮(給), ごま油	しょうが, にんじん, たまねぎ, もやし, しょうが汁, ねぎ, にら
	キャロットゼリー		粉寒天	砂糖	にんじん, オレンジジュース, レモン汁
22 木	丸パン			丸パン(50g)	
	ひじきのコロッケ	○	鶏肉(挽肉), 干ひじき(ｽﾌﾟﾙｽﾏﾝ, 乾), 粉チーズ, 調理性牛乳	油, じゃがいも, パター, ポテトパウダー, 小麦粉, 生パン粉, ソフトパン粉	にんじん, たまねぎ, ホールコーン
	ポイルキャベツ				キャベツ
	ミルクスープ		鳥がら, 鶏肉, 調理性牛乳, 豆乳, 生クリーム	コーンスターチ	しょうが, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム(缶), キャベツ, パセリ
23 金	胚芽ごはん			米, 胚芽米	
	魚のごぼうみそ焼き	○	糖(50g)	油, 砂糖	しょうが, ごぼう, にんじん, にんにく
	油揚げと野菜のごま和え		油揚げ	砂糖, 白ねりごま, 白すりごま	にんじん, もやし, キャベツ, 小松菜
	若竹汁		昆布(だし), 削り節(だし), カットわかめ, 豆腐		たけのこ(水煮), だいこん, ねぎ, さやいんげん
26 月	和風やきそば		豚肉(細切り)	油, 蒸し中華麺(給), 黒いりごま	しょうが, たまねぎ, にんじん, キャベツ, ねぎ, 生しいたけ(菌床栽培, 生), えのきたけ, たくあん
	大豆と小魚の変わり揚げ	○	大豆, かえり煮干し	油, じゃがいも, 砂糖, 白いりごま	
	たまごスープ		鳥がら, 鶏肉(薄切り), 鶏卵	でん粉	しょうが, にんじん, たまねぎ, ねぎ
	くだもの(清美オレンジ)				清見オレンジ
27 火	チリビーンズライス		鶏肉(挽肉), 大豆	米, 麦, 油	にんにく, しょうが, たまねぎ, セロリー, にんじん, マッシュルーム(缶), トマトジュース
	セロリーとコーンのスープ	○	鳥がら, 鶏肉(薄切り)	じゃがいも	しょうが, セロリー, にんじん, トマト, ホールコーン, パセリ
	マドレーヌ		鶏卵	砂糖, 薄力粉(2等), 無塩バター	レモン汁
28 水	きんぴらごはん		昆布(だし), 鶏肉(角切り)	米, 麦, ごま油, つきこんにゃく, 砂糖, 白いりごま	ごぼう, にんじん, さやいんげん
	鶏肉の香味焼き	○	鶏肉切り身(50g)	ごま油	ねぎ, しょうが
	ごまけんちん汁		削り節(だし), 油揚げ, 豆腐	油, こんにゃく, 白ねりごま	にんじん, ごぼう, だいこん, ねぎ
29 木	シナモントースト			食パン(50g), パター, グラニュー糖, 砂糖	
	ポークシチュー	○	豚肉もも(角切り), 鳥がら	油, ザラメ, じゃがいも, サラダ油, パター, 小麦粉	にんにく, たまねぎ, にんじん, しょうが
	こんにゃくサラダ			つきこんにゃく, 砂糖, サラダ油, ごま油	キャベツ, もやし, 小松菜
30 金	玄米ごはん			米, 水稲穀粒(玄米)	
	のりの佃煮	○	焼きのり	砂糖, 水あめ(酵素糖化)	
	ししゃものごま揚げ		ししゃも	小麦粉, 白いりごま, 油	
	五月煮		昆布(だし), 厚削り節(だし), 鶏肉(薄切り)	こんにゃく, 砂糖, じゃがいも	干しいたけ, ごぼう, にんじん, たけのこ(水煮), グリンピース(冷凍)