

北区立稲田小学校 5月献立表



令和3年度

※新型コロナウイルス感染症予防の観点から、今後も配膳作業の簡略化を図るなどの対策を講じていきます。

日	曜	こんだて	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	I類* - たんぱく質 食塩相当量	
6	木	中華ちまき 華風漬け うずら卵入りすまし汁	○	豚肉,牛乳,豆腐,わかめ,うずら卵	もち米,ごま油,砂糖,ふ 	干しいたけ,たけのこ,にんじん ホールコーン,グリーンピース きゅうり,大根,えのき,長ねぎ	584 kcal 21.0 g 2.4 g	
7	金	ガーリックフランスパン 春野菜のクリームシチュー 海藻サラダ	○	粉チーズ,牛乳,ベーコン,鶏肉 生クリーム,海藻サラダ	ソトワツパ,オリーブ油,油 じゃがいも,バター,小麦粉,砂糖 ごま油	にんにく,パセリ,玉ねぎ,にんじん マッシュルーム,しめじ,アスパラガス さやえんどう,グリーンピース キャベツ,きゅうり	613 kcal 20.5 g 2.2 g	
10	月	おかかふりかけごはん 新じゃがのそぼろ煮 おかひじきの酢の物	○	かつお削り節,牛乳,鶏挽肉,生揚げ 	精白米,いりごま,砂糖,油,こんにゃく 新じゃがいも,でんぷん,ごま油	しょうが,たけのこ,にんじん 干しいたけ,玉ねぎ,グリーンピース もやし,きゅうり,おかひじき	601 kcal 21.4 g 2.3 g	
11	火	たんたんめん 担担麺 フルーツヨーグルト	○	豚挽肉,牛乳,プレーンヨーグルト	中華めん,油,砂糖,ごま油,白すりごま	にんにく,しょうが,にんじん,もやし キャベツ,長ねぎ,メンマ みかん缶,パイン缶,黄桃缶,白桃缶	613 kcal 22.7 g 3.4 g	
12	水	ごはん さわらのにんにくみそ焼き 切り干し大根のきめ煮 だぶ	○	牛乳,さわら,油揚げ,鶏肉,生揚げ かまぼこ 	精白米,砂糖,油,こんにゃく,玉ふ でんぷん	しょうが,にんにく,長ねぎ,切干し大根 にんじん,干しいたけ,ごぼう れんこん,小松菜	617 kcal 28.0 g 3.1 g	
13	木	ツナコーンマヨネーストースト ポークビーンズ パリパリサラダ	○	ツナ水煮,シュレッドチーズ 青のり粉,牛乳,豚肉,大豆	丸パン,油,じゃがいも,ワンタンの皮 砂糖,いりごま	ホールコーン,にんにく,玉ねぎ にんじん,マッシュルーム トマトピューレ,パセリ,キャベツ きゅうり	625 kcal 28.2 g 2.4 g	
14	金	グリーンピースごはん 肉豆腐 野菜のおかかあえ 清見オレンジ	○	牛乳,豚肉,豆腐	精白米,しらたき,砂糖 	グリーンピース,玉ねぎ,キャベツ にんじん,小松菜,清見オレンジ 	618 kcal 26.3 g 2.5 g	
17	月	コッパン 魚のピザ焼き ひよこ豆のポトフ	○	牛乳,鮭,ベーコン,シュレッドチーズ 豚肉,ウィンナー,ひよこ豆水煮	コッパン,油,砂糖,じゃがいも	にんにく,玉ねぎ,ピーマン トマトピューレ,にんじん,キャベツ マッシュルーム,セロリー,パセリ	603 kcal 32.5 g 3.2 g	
18	火	★世界の料理(ベトナム)★ コムガー(ベトナム風チャーハン) ネムザン(揚げ春巻き) チキンフォー	○	鶏肉,牛乳,鶏挽肉,えび	精白米,油,はるまきの皮,小麦粉 はるさめ,ごま油	長ねぎ,にんじん,ピーマン 赤ピーマン,たけのこ,干しいたけ ほうれん草	634 kcal 25.2 g 2.8 g	
19	水	ごはん 家常豆腐 ハンサンスー	○	牛乳,豚肉,生揚げ,ボンレスハム	精白米,油,砂糖,でんぷん,ごま油 はるさめ,いりごま	にんにく,しょうが,にんじん たけのこ,干しいたけ,キャベツ 長ねぎ,きゅうり	623 kcal 24.4 g 1.8 g	
20	木	山菜うどん 野菜のごまあえ あしたばケーキ	○	鶏肉,油揚げ,牛乳	うどん,砂糖,いりごま,バター はちみつ,小麦粉,甘納豆(あずき) 粉糖	山菜水煮,えのき,たけのこ にんじん,長ねぎ,小松菜,はくさい あしたば粉	602 kcal 21.0 g 3.5 g	
21	金	★かみかみ献立★ 大豆入りひじきごはん メバルの唐揚げソースがけ 打ち豆汁	○	干ひじき,大豆,油揚げ 牛乳,めばる	精白米,油,砂糖,いりごま,でんぷん 小麦粉,ごま油,こんにゃく	にんじん,絹さや,長ねぎ,ごぼう 大根,はくさい,小松菜 	694 kcal 28.5 g 3.2 g	
24	月	ゆかりごはん 大豆ミート入りカルシウムバーグ 青菜と卵のスープ	○	牛乳,豚肉,大豆ミート,干ひじき サラダチーズ,豆乳,鶏肉,豆腐,鶏卵	精白米,パン粉,砂糖,でんぷん	玉ねぎ,にんじん,たけのこ,長ねぎ しめじ,ほうれん草	646 kcal 25.9 g 2.3 g	
25	火	★おはなし献立★ ショートニングパン 魚のマリアナスソース スナッペンとうのサラダ ウボボウボポポタージュ	○	牛乳,ホキ,ロースハム	ショートニング,でんぷん,小麦粉,油 砂糖,じゃがいも,バター	しょうが,トマトピューレ,キャベツ きゅうり,にんじん スナッペンとう,玉ねぎ クリームコーン,かぼちゃ パセリ 	690 kcal 26.6 g 2.5 g	
26	水	ブルコギ丼 トックスープ	○	豚肉,牛乳	精白米,ごま油,砂糖,いりごま 油,トック	にんにく,にんじん,玉ねぎ,しめじ ピーマン,干しいたけ,しょうが 大根,水菜	654 kcal 24.3 g 2.3 g	
27	木	スパゲティミートソース ひじきとツナのサラダ 清見オレンジ	○	豚挽肉,粉チーズ,牛乳,干ひじき,ツナ	スパゲッティ,油,砂糖,小麦粉 ごま油,いりごま 	しょうが,にんにく,玉ねぎ,にんじん セロリー,マッシュルーム,キャベツ トマトピューレ,グリーンピース,きゅうり ホールコーン,清見オレンジ	669 kcal 27.4 g 2.0 g	
28	金	★運動会がんばろうメニュー★ ごはん みそカツ 即席漬け 沢煮椀	○	牛乳,刻み昆布,豚肉,油揚げ	精白米,小麦粉,パン粉,油 ざらめ,でんぷん	キャベツ,きゅうり,にんじん,かぶ かぶ(葉),大根,干しいたけ,長ねぎ 小松菜	701 kcal 28.5 g 4.0 g	
29	土	★運動会★ カレーライス バジルサラダ 紅白ゼリー	○	ベーコン,豚肉,プレーンヨーグルト 牛乳,粉寒天,カルピス 	精白米,油,じゃがいも,バター 小麦粉,オリーブ油,砂糖	しょうが,にんにく,玉ねぎ,セロリー にんじん,トマトピューレ グリーンピース,かぶ,れんこん,きゅうり アセロラジュース,トマトジュース	681 kcal 18.2 g 2.2 g	
31	月	振りかえ きゅうりょうび 振替休業日						

25日(火)・・・★おはなし献立★ 絵本に出てくる料理を給食で紹介します。今月は「ウボボウボポポタージュスープ」の絵本から、「ポタージュスープ」を提供します。

※食材料の入荷状況により、献立を変更する場合があります。
 ※給食費引き落としは5月20日(木)4,5月の2ヶ月分を引き落としします。
 低学年9,112円、中学年9,538円、高学年9,998円です。前日までの入金をお願い致します。