

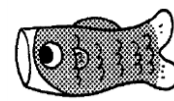
# 5

# 月

# 献

# 立

# 表



北区立王子第二小学校

日	献立	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	たんぱく質 脂質 食塩相当量	ご家庭で補って いただきたい 食品
2月	ちゅうかおこわ じゃこいりナムル ワントンスープ 	○ 5/5 こどものひ	★牛乳, 豚もも肉, ★えび, 豚ひき肉, ★ちりめんじゃこ	米, 砂糖, 油, もち米, ワントンの皮, ごま油	しょうが, たけのこ, 干し椎茸, にん じん, グリーンピース, 長葱, 小松菜, もやし, きゃべつ, きゅうり	560 kcal 23.8 g 14.4 g 3.2 g	 芋類
9月	ビスキュイパン アップル ドレッシングサラダ ポトフ	○	★牛乳, ★たまご, 豚もも肉	★丸パン, マーガリン, 砂糖, ★アー モンド, 小麦粉, じゃがいも, 油	玉葱, にんじん, きゃべつ, セロリー, きゅうり, かぶ, しょうが, もやし, ホールコーン, りんご	577 kcal 20.9 g 24.7 g 1.9 g	 小魚類
10火	ごはん さわらのうめみそやき ごもくまめ みそしる	○	★牛乳, ★さわら, 赤みそ, 白みそ, 油 揚げ, 木綿豆腐, わかめ, 大豆, 昆布	米, 砂糖, こんにやく	梅干し, ごぼう, にんじん, れんこん	605 kcal 28.7 g 17.9 g 3.0 g	 きのこ類
11水	カルビクツパ いかのチヂミ チョレギサラダ 	○ かんこく りょうり	★牛乳, 豚こま肉, 木綿豆腐, 赤みそ, ★たまご, いか, 乾燥わかめ,	米, 麦, 砂糖, ごま油, 小麦粉, 片栗粉, ★ごま	玉葱, にら, 白菜, 干し椎茸, もやし, しょうが, にんじん, にんにく, きゃ べつ, きゅうり, レモン	648 kcal 23.6 g 16.3 g 4.0 g	 乳製品
12木	マーボーやきそば ツナじゃがサラダ おかしなめだまやき	○	★牛乳, 豚ひき肉, 大豆, 赤みそ, 木綿 豆腐, ★ツナ, 粉寒天	蒸し中華麺, 油, 砂糖, ごま油, 片栗 粉, じゃがいも	にんにく, しょうが, 長葱, にんじん, たけのこ, 干し椎茸, 玉葱, にら, きゃ べつ, きゅうり, ★黄桃缶	689 kcal 28.3 g 22.5 g 2.9 g	 種実類
13金	さけチャーハン ハンサンスー チンゲンサイと とうふのスープ	○	★牛乳, ★鮭, ★たまご, ハム, 鶏こま 肉, 木綿豆腐	米, 油, 緑豆春雨, 砂糖, ごま油, 片栗 粉	長葱, にんじん, きゅうり, きゃべつ, しょうが, 玉葱, チンゲン菜	604 kcal 25.1 g 21.8 g 3.2 g	 海藻類
16月	チキンドリア せんぎりやさいスープ くだもの(あまなつ)	○	★牛乳, 鶏こま肉, ★ビザチーズ, ベーコン	米, 麦, 砂糖, 油, マーガリン, 小麦粉, パン粉	にんじん, 玉葱, マッシュルーム, パ セリ, たけのこ, もやし, 干し椎茸, 長 葱, しょうが, 甘夏	633 kcal 20.1 g 21.9 g 2.9 g	 豆・豆製品
17火	コーンピラフ さかなのチーズムニエル アスパラソテー カレーふうみやさいスープ	○	★牛乳, 鶏こま肉, ★まだら, ★粉 チーズ, ベーコン	米, マーガリン, 小麦粉, 油, じゃがい も	にんじん, ホールコーン, 玉葱, マッ シュルーム, グリーンピース, アスパ ラ, もやし, エリンギ, きゃべつ, しょ うが	587 kcal 25.1 g 17.3 g 3.2 g	 果実
18水	きつねうどん さつまいものわふうサラダ まっちゃケーキ	○	★牛乳, 鶏こま肉, 油揚げ, ひじき, ★ たまご	冷凍うどん, 砂糖, さつまいも, ★マ ヨネーズ, ★ごま, 小麦粉, マーガリ ン, ★チョコチップ	にんじん, 長葱, 干し椎茸, きゅうり, さやいんげん	606 kcal 20.8 g 24.2 g 3.6 g	 乳製品
19木	グリーンピースごはん にくじゃが みそしる 	○	★牛乳, 豚こま肉, 油揚げ, 白みそ, 赤 みそ	米, もち米, ★ごま, 油, じゃがいも, こんにやく, 砂糖	グリーンピース, 玉葱, にんじん, 干 し椎茸, さやえんどう, 大根, 小松菜	655 kcal 23.6 g 17.9 g 3.1 g	 たまご
20金	やきピロシキ ボルシチ ナタデココいりフルーツポンチ	○	★牛乳, 豚ひき肉, 大豆, 豚こま肉	★ミルクパン, 油, 小麦粉, パン粉, じゃがいも, 砂糖	にんじん, 玉葱, にんにく, きゃべつ, ホルトマト, マッシュルーム, しょ うが, グリーンピース, パイン缶, み かん缶, ★黄桃缶	588 kcal 22.6 g 18.7 g 1.9 g	 種実類
23月	やさしいタンメン ポテトチーズはるまき やさしいのかふうあえ	○	★牛乳, いか, ★えび, 豚こま肉, ★ビ ザチーズ	蒸し中華麺, 油, ごま油, 春巻きの皮, じゃがいも, 小麦粉, 砂糖, ★ごま	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, たけのこ, きゃべつ, 長葱, 干し椎茸, きゅうり, 大根	638 kcal 23.8 g 21.4 g 3.6 g	 海藻類
24火	ごはん はっちんどうふ はるさめスープ 	○	★牛乳, 豚こま肉, ★えび, 鶏こま肉, 木綿豆腐	米, 油, ごま油, 片栗粉, 緑豆春雨	たけのこ, にんじん, 玉葱, にんにく, しょうが, チンゲン菜, もやし, 長葱	572 kcal 22.0 g 15.7 g 2.1 g	 果実
25水	てんどん めかぶスープ くだもの(メロン)	○	★牛乳, いか, ★ちくわ, 木綿豆腐, め かぶわかめ	米, 麦, さつまいも, 小麦粉, 油, 砂糖, 片栗粉	にんじん, もやし, 長葱, ★メロン	685 kcal 25.6 g 16.2 g 2.6 g	 たまご
26木	ごもくごはん ししゃものからあげ ほうれんそうのごまあえ みそしる	○	★牛乳, 鶏こま肉, 油揚げ, ★カラフ トししゃも, わかめ, 白みそ, 赤みそ	米, 油, 砂糖, 小麦粉, 片栗粉, ★ごま, じゃがいも	にんじん, たけのこ, ごぼう, グリー ンピース, ほうれん草, きゃべつ, ホールコーン, 玉葱	636 kcal 25.5 g 19.2 g 4.1 g	 きのこ類
27金	チキンかつサンド とうふとレタスのスープ くだもの(パイン)	○	★牛乳, 鶏もも肉, 木綿豆腐, 鶏こま 肉	★丸パン, 油, 小麦粉, パン粉	きゃべつ, しょうが, レタス, 玉葱, に んじん, たけのこ, パイン	628 kcal 27.6 g 27.0 g 2.6 g	 芋類
28土	ぶどうジュース カレーライス イタリアンサラダ 	○	豚こま肉, ハム	米, 油, じゃがいも, マーガリン, 小麦 粉, 砂糖	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, フルーツチャツネ, きゃべつ, きゅう り, 赤ピーマン, 黄ピーマン, ぶどう ジュース	560 kcal 11.0 g 13.1 g 1.8 g	 小魚類
31火	さんしょくどん じゃがもちスープ くだもの(あまなつ)	○	★牛乳, 鶏ひき肉, ★たまご, 油揚げ	米, 砂糖, 油, ごま油, じゃがいも, 片 栗粉	小松菜, にんじん, 白菜, 大根, ごぼ う, 甘夏	677 kcal 22.6 g 23.1 g 2.3 g	 種実類

・6日(金)、4/30(土)の振替休業日です。  
 ・28日(土)運動会当日、及び、雨天のため31日(火)以降順延になった場合も、給食を実施します。  
 (なお、28日(土)が雨天の場合は、通常授業となります。)  
 ・30日(月)、振替休業日です。  
 ・19日(木)、6年生社会科見学の予定です。

※アレルギー食品には★を表示しています。  
 ※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。

