



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
1月	ちゅうかおこわ しろみざかなのチリソース ちゅうかスープ	○	★牛乳, 豚もも肉, ★えび, 豚ひき肉, ★メルルーサ, 鶏こま肉, 木綿豆腐	米, 砂糖, 油, もち米, 片栗粉, ごま油, ごま	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, にんに く, 玉葱, チンゲン菜	605 kcal 29.4 g 19.0 g 3.2 g	海藻類
2火	きつねうどん さつまいものわふうサラダ まっちゃんケーキ	○	★牛乳, ★たまご, 鶏こま肉, 油揚げ, ひじき	冷凍うどん, 砂糖, さつまいも, ★マ ヨネーズ, ごま, 練りごま, 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	575 kcal 20.8 g 24.2 g 3.5 g	魚介類
8月	ココアビキユイパン リョネーズポテト ピヤベース	○	★牛乳, ★たまご, ベーコン, ★いか, ★えび, 豚こま肉	★丸パン, マーガリン, 砂糖, 小麦粉, じゃがいも, 油	玉葱, パセリ, にんじん, きゃべつ, ぶ なしめじ, にんにく, しょうが	559 kcal 24.2 g 23.0 g 2.2 g	豆・豆製品
9火	コーンピラフ さかなのホワイトソースがけ エービーシースープ	○	★牛乳, 鶏こま肉, ★まだら, ★ピザ チーズ, ベーコン	米, マーガリン, 油, ごま, 小麦粉, パ ン粉, じゃがいも, マカロニ	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, パセ リ, しょうが, 小松菜	600 kcal 28.4 g 19.4 g 3.5 g	果実
10水	キムチクツパ いかのチヂミ くだもの(あまなつ)	○	★牛乳, 豚こま肉, ★たまご, 赤みそ, ★いか	米, 麦, 砂糖, ごま油, 小麦粉, 片栗粉, ごま	玉葱, にんじん, 白菜, 干し椎茸, もや し, ★白菜キムチ, しょうが, にら, に んにく, 甘夏	615 kcal 22.6 g 14.6 g 3.0 g	乳製品
11木	むぎごはん ぶたにくとあつあけの みそいため かきたまじる	○	★牛乳, 豚こま肉, 生揚げ, 白みそ, 赤 みそ, わかめ, ★たまご	米, 麦, ごま油, 油, 砂糖, 片栗粉, 麩	チンゲン菜, きゃべつ, たけのこ, に んじん, 玉葱, 干し椎茸, しょうが, え のきたけ, 長葱	625 kcal 27.4 g 21.3 g 3.1 g	種実類
12金	かきあげどん みそしる アセロラゼリー	○	★牛乳, ★ちりめんじゃこ, 赤みそ, 白みそ, 粉寒天	米, 麦, 砂糖, 油, さつまいも, 小麦粉, 片栗粉, ナタデココ	にんじん, 玉葱, ごぼう, 春菊, 大根, えのきたけ, 小松菜, アセロラジュ ース	652 kcal 17.8 g 14.5 g 3.3 g	豆・豆製品
15月	ピザトースト ひよこまめのやさいスープ フルーツヨーグルトあえ	○	★牛乳, ベーコン, ★ピザチーズ, ウ インナー, ★ヨーグルト	★食パン, 油, じゃがいも, はちみつ	にんにく, 玉葱, ホールトマト, 青 ピーマン, マッシュルーム, にんじ ん, セロリー, しょうが, パセリ, みか ん缶, パイン缶, 黄桃缶	566 kcal 22.8 g 21.6 g 2.7 g	たまご
16火	ごはん はっちんどうふ きりぼしだいこんの ちゅうかサラダ	○	★牛乳, 木綿豆腐, 豚こま肉, ★えび	米, 油, ごま油, 片栗粉, ごま, 砂糖	たけのこ, にんじん, 玉葱, 干し椎茸, にんにく, しょうが, チンゲン菜, 切 干大根, 小松菜, もやし	578 kcal 23.9 g 17.7 g 1.6 g	小魚類
17水	かつおめし やさいのにも ゆずドレッシングサラダ	○	★牛乳, ★かつお, 鶏こま肉, 生揚げ	米, 片栗粉, 油, 砂糖, ごま, こんにゃ く, じゃがいも, オリーブ油	しょうが, 小葱, にんじん, たけのこ, ごぼう, 干し椎茸, さやいんげん, も やし, きゅうり, ホールコーン, にん にく, ゆず	651 kcal 29.6 g 21.1 g 2.4 g	乳製品
18木	グリーンピースごはん とりにくのねぎみそやき ほうれんそうのごまあえ みそしる	○	★牛乳, 鶏もも肉, 木綿豆腐, 赤みそ, 白みそ, 油揚げ, わかめ	米, もち米, ごま, 油, ごま, 砂糖	グリーンピース, 長葱, ほうれん草, にんじん, きゃべつ, ホールコーン	568 kcal 30.5 g 17.1 g 3.8 g	芋類
19金	スパゲッティナポリタン バジルドレッシングサラダ スイートポテト	○	★牛乳, ウインナー, ★粉チーズ, ★ 生クリーム, ★たまご	スパゲッティ, 油, オリーブ油, さつ まいも, 砂糖, マーガリン	にんじん, 玉葱, マッシュルーム, 青 ピーマン, にんにく, しょうが, きゅ うり, きゃべつ, ホールコーン, ライ ム, バジル	587 kcal 19.1 g 19.8 g 2.1 g	魚介類
22月	ごもくごはん ししゃものカレーあげ こふきいも みそしる	○	★牛乳, 鶏こま肉, 油揚げ, ★カラフ トししゃも, 白みそ, 赤みそ	米, 油, 砂糖, 片栗粉, じゃがいも	にんじん, たけのこ, ごぼう, グリー ンピース, パセリ, 大根, えのきたけ	616 kcal 26.5 g 20.8 g 3.5 g	種実類
23火	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, ★ピザチーズ, ベーコン	米, 麦, 油, マーガリン, 小麦粉, パン 粉	玉葱, にんじん, マッシュルーム, に んにく, パセリ, たけのこ, もやし, 干 し椎茸, 長葱, しょうが, 甘夏	606 kcal 20.2 g 21.9 g 2.9 g	たまご
24水	やさいたんメン もちごめシュウマイ やさいのかふうあえ	○	★牛乳, ★えび, ★いか, 豚こま肉, 豚 ひき肉	蒸し中華麺, 油, ごま油, もち米, 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	581 kcal 26.8 g 22.5 g 3.8 g	芋類
25木	むぎごはん ぎせいどうふ もやしのあまずあえ みそしる	○	★牛乳, 木綿豆腐, 鶏ひき肉, ★たま ご, わかめ, 白みそ, 赤みそ	米, 麦, 砂糖, 油, 片栗粉, ごま, じゃが いも	玉葱, たけのこ, 干し椎茸, もやし, に んじん, きゅうり	583 kcal 25.0 g 16.8 g 3.3 g	小魚類
26金	みそチキンカツどん さわにわん くだもの(メロン)	○	★牛乳, 鶏もも肉, 赤みそ, 豚こま肉, 生揚げ	米, 油, 小麦粉, パン粉, 砂糖, ごま	ごぼう, にんじん, 干し椎茸, 大根, 長 葱, ★メロン	690 kcal 27.1 g 25.5 g 2.8 g	海藻類
27土	りんごジュース ドライカレー ベーコンかりかりサラダ		豚ひき肉, 大豆, ベーコン	米, 油, 小麦粉, 砂糖, ごま油	玉葱, にんじん, しょうが, にんにく, 青ピーマン, りんごジュース, きゃべ つ, きゅうり, ホールコーン	556 kcal 13.7 g 13.0 g 2.2 g	きのこ類
30火	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, 豚こま肉, ★たまご, ハム, 鶏 こま肉, 木綿豆腐	米, 砂糖, 油, ごま油, 片栗粉, 緑豆春 雨, ごま	しょうが, にんにく, 長葱, たけのこ, 干し椎茸, きゅうり, にんじん, きゃ べつ, 玉葱, チンゲン菜	577 kcal 21.9 g 22.8 g 3.3 g	魚介類
31水	ごはん さけのみそマヨやき ごもくまめ ぐたくさんみそしる	○	★牛乳, ★鮭, ★さつま揚げ, 大豆, 昆 布, 木綿豆腐, 赤みそ, 白みそ	米, ★マヨネーズ, 砂糖, こんにゃく, 油, じゃがいも	パセリ, ごぼう, にんじん, ぶなしめ じ, 大根	594 kcal 29.6 g 19.2 g 3.0 g	種実類

・27日(土)運動会当日、及び、雨天のため30日(火)以降順延になった場合も、給食を実施します。
(なお、27日(土)が雨天の場合は、通常授業(給食あり)となります。)
・29日(月)、振替休業日です。

※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。