



# 令和6年5月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

日	曜	献立名(こんだてい)		食品名(しょくひんめい)			栄養量(えいようりょう)	
		主食(しゅしょく)	飲み物(のみもの) おかず	エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1	水	ツイストパン あげそば ぎゅうにゅう しんごぼうサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 小麦 乳	ツイストパン おしちゅうかめん あぶら ごまドレッシング	ぶたにく ぶたレバー あおのり ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ しんごぼう きゅうり にんじん キャベツ	586	20.8
2	木	すめし ちらしずしのぐ ぎゅうにゅう はなふとかまぼこのすましじる かしわもち	卵 コムギ 小麦	すめし きびぎとう はなふ かしわもち	とりにく たまごそぼろ あぶらあげ ぎゅうにゅう 豆腐 さくらかまぼこ	にんじん たけのこ れんこん ほしいたけ えだまめ だいこん ねぎ にんじん こまつな	590	21.6
7	火	わかめごはん ぎゅうにゅう かつおのおろしソース ナムル(ドレッシング) とんじり	乳 コムギ (コムギ)	わかめごはん あぶら きびぎとう かんこくナムルドレッシング あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう かつおすじあじつたあげ ぶたにく とうふ みそ	だいこん もやし きゅうり にんじん こまつな ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ	586	25.4
8	水	しょうゆラーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう フライドポテト かわちばんかん	コムギ (小麦) 乳	ホットちゅうかめん あぶら きびぎとう ごまあぶら じゃがいも あぶら	ぶたにく やきぶた なんと わかめ ぎゅうにゅう	しょうが にんにく にんじん もやし コーン キャベツ ナッツ ねぎ かわちばんかん	653	24.1
9	木	ハヤシライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう アスパラガスのサラダ(マヨネーズ)	乳 小麦 乳 (卵)	むぎごはん あぶら じゃがいも マヨネーズ	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト にんにく アスパラガス キャベツ コーン きゅうり あかピーマン たまねぎ	666	22.3
10	金	ごはん ぎゅうにゅう チンジャオロースー わかめスープ チーズタルト	乳 コムギ コムギ 卵 乳 小麦	ごはん あぶら きびぎとう てんぷん ごまあぶら ごまあぶら ごま チーズタルト	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ とうふ なんと	しょうが にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんじん たまねぎ ねぎ	711	27.1
13	月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのつつたあげ くきわかめのきんぴら じゃがいものみそじる	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう さわらつつたあげ くきわかめ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	にんじん れんこん たまねぎ こまつな にんじん ねぎ	646	26.5
14	火	ごはん ぎゅうにゅう こえびのからあげ とうふのちゅうかに	乳 小麦 えび コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう てんぷん ごまあぶら	ぎゅうにゅう こえびからあげ とうふ ぶたにく なんと	たまねぎ にんじん こまつな にんにく しょうが	617	25.6
15	水	さんさいごもくうどん(じごなうどん) ぎゅうにゅう ささかまのせんちゃあげ メロン	コムギ (小麦) 乳 小麦	じごなうどん きびぎとう こむぎこ あぶら	ぶたにく こんぶ あぶらあげ ぎゅうにゅう ささかまぼこ	ほしいたけ にんじん さんさいミックス だいこん ねぎ 【わらび みずな えのきたけ やまうど なめこ たけのこ】 メロン	630	24.7
16	木	チキンカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳	むぎごはん あぶら じゃがいも きびぎとう しおちゅうかドレッシング	とりにく ぶたレバー ぎゅうにゅう シュレッドチーズ スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きりぼしだいこん キャベツ にんじん きゅうり	616	22.0
17	金	バターコッペパン いちごジャム ぎゅうにゅう ポテトコーングラタン ポトフ	乳 小麦 卵 乳 小麦 コムギ	バターコッペパン いちごジャム ポテトコーングラタン じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	にんにく セロリ だいこん にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	638	25.2
20	月	ごはん ぎゅうにゅう あつやきたまご にくじゃが とうふのみそじる	乳 卵 小麦 コムギ	ごはん あぶら じゃがいも さんおんとう	ぎゅうにゅう あつやきたまご ぶたにく とうふ あぶらあげ わかめ みそ	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん ねぎ たまねぎ	592	23.4
21	火	ごはん ごもくごはんのぐ ぎゅうにゅう とりにくのてりやき どさんこじる	コムギ 乳 コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら じゃがいも バター	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう てりやきチキン ぶたにく とうふ みそ	にんじん こんにやく ごぼう れんこん えだまめ にんにく もやし にんじん たまねぎ コーン ねぎ	606	26.1
22	水	ジャージャーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう ねぎしおまんじゅう れんこんサラダ(ドレッシング)	コムギ (小麦) 乳 小麦 (小麦)	ホットちゅうかめん きびぎとう ごま てんぷん ごまあぶら ごま ちゅうかドレッシング	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう ねぎしおまんじゅう	しょうが にんにく たけのこ にんじん ねぎ いら キャベツ きゅうり にんじん れんこん	664	29.2
23	木	ごはん ぎゅうにゅう おろしやきにく いももちだんごじる	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら きびぎとう あぶら いももち	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたにく なんと	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが しらたき にんにく だいこん りんご にんじん だいこん ごぼう こんにやく	595	24.1
24	金	フィッシュバーガー(こどもパンスライス) たらポーションフライ サンドようサラダ(ドレッシング) ぎゅうにゅう キャロットスープ	(乳 小麦) 小麦 乳 乳 小麦	こどもパンスライス あぶら サウザンアイランドドレッシング	たらポーションフライ ぎゅうにゅう ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク シュレッドチーズ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん パセリ	620	24.2
27	月	ごはん ひじきごはんのぐ ぎゅうにゅう やきつくねのレモンふうみ(2コ) こんさいのごまじる	コムギ 乳 小麦	ごはん さとう あぶら きびぎとう てんぷん あぶら じゃがいも ごま	とりにく ひじき あぶらあげ だいず ぎゅうにゅう しろごまつくね とうふ みそ	ほしいたけ にんじん こんにやく えだまめ レモン にんじん ごぼう だいこん ねぎ こまつな	617	25.3
28	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに きりぼしだいこんのもの わかめつけ	乳 コムギ コムギ	ごはん さとう あぶら	ぎゅうにゅう さばのみそに ぶたにく こおりとうふ あぶらあげ わかめ とうふ かまぼこ	きりぼしだいこん にんじん ほしいたけ さやいんげん たけのこ にんじん ねぎ	578	22.4
29	水	カレーなんぼん(じごなうどん) ぎゅうにゅう しゅうまい こんにやくサラダ(ドレッシング)	小麦 (小麦) 乳 小麦 (コムギ)	じごなうどん あぶら てんぷん きびぎとう たまねぎドレッシング	とりにく あぶらあげ なんと ぎゅうにゅう しゅうまい	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな キャベツ にんじん こんにやく きゅうり	662	24.3
30	木	ちゅうかどん(ごはん) ぎゅうにゅう あげぎょうざ(2コ)	卵 えび コムギ 乳 小麦	ごはん あぶら きびぎとう てんぷん ごまあぶら あぶら	ぶたにく えび いか うずらのたまご ぎゅうにゅう ぎょうざ	にんにく しょうが にんじん たけのこ たまねぎ きくらげ キャベツ	637	27.4
31	金	スラッピードッグ(コッペパンスライス) ロングウインナー スラッピージョー ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ	(乳 小麦) 小麦 乳 小麦	コッペパンスライス あぶら じゃがいも きびぎとう パンこ あぶら アルファベットマカロニ	ロングウインナー ぶたにく ぶたレバー ぎゅうにゅう とりにく	にんにく たまねぎ えだまめ にんじん たまねぎ もやし キャベツ こまつな	588	28.7
計 21 回		コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります			平均栄養量	624	24.8

※アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき8大アレルゲンのみ表記したものです。コンタミネーションに関する表記はしておりません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。

※小学校の献立で使われていない食材であっても、中学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。

※主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。  
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。  
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。  
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。

※使用材料をすべて載せているわけではありません。  
ご家庭でも注意していただき、ご不明な点等がありましたら遠慮なく学校給食センター(0493-22-0741)までお問い合わせください。

～5月の行事食～  
2日 こどもの日献立  
17日 世界の料理(フランス)

