



令和 7 年 5 月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

にち 日	よう 曜	献立名(こんだてめい)		食 品 名			栄 養 量	
		主食(しゅしよく) 飲み物(のみもの) おかず	8大アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ	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) キロカロリー	たんぱく質 (g) グラム
1	木	ごはん ぎゅうにゅう ささかまのせんちゃあげ いとこんにやくのもの こんさいのごまじる	乳 小麦 コムギ	ごはん こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう あぶら じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう ささかまぼこ ぶたにく とりにく とうふ みそ	こんにやく たまねぎ にんじん ビーマン にんじん ごぼう だいこん ねぎ こまつな	617	24.3
2	金	すめし ちらしずしのぐ ぎゅうにゅう わかたけじる かしわもち	卵 コムギ 乳 コムギ	すめし さとう かしわもち	とりにく あぶらあげ たまごそぼろ ぎゅうにゅう とうふ かぶとがたかまぼこ わかめ	ほししいたけ れんこん にんじん えだまめ たけのこ にんじん ねぎ	590	20.5
7	水	バターコッペパン ぎゅうにゅう とりにくのマーマレードソースかけ やさいのスープに	小麦 乳 乳 コムギ	バターコッペパン あぶら マーマレード あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりのからあげ とりにく ベーコン ウインナー	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ パセリ	588	26.7
8	木	ごはん ぎゅうにゅう かんこくふうやきにく はるさめスープ	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら ごまあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ	にんにく しょうが たまねぎ もやし ビーマン にんじん たまねぎ キャベツ コーン には	593	24.5
9	金	チキンカレーライス(もちむぎごはん) ぎゅうにゅう こまつなのごまあえ(しょうゆ)	乳 小麦 乳 (コムギ)	もちむぎごはん あぶら じゃがいも きびぎとう ごま	ぶたレバー とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク シュレツドチーズ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん こまつな もやし にんじん	611	22.1
12	月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのレモンふうみ にくじゃが きりぼしだいこんのみそじる	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さわらつつたあげ ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	レモン にんじん たまねぎ しらすき さやいんげん にんじん たまねぎ きりぼしだいこん ねぎ こまつな	656	25.9
13	火	ごはん とりごもくごはんのぐ ぎゅうにゅう あつやきたまご どさんこじる	コムギ 乳 卵 小麦 コムギ	ごはん あぶら さとう あぶら じゃがいも	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう あつやきたまご とうふ みそ	ごぼう ほししいたけ こんにやく にんじん えだまめ にんにく もやし にんじん たまねぎ コーン ねぎ	593	23.7
14	水	わかめラーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう あげにらまんじゅう はるキャベツのサラダ(ドレッシング)	コムギ(小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん あぶら きびぎとう ごまあぶら あぶら しおちゅうかドレッシング	ぶたにく なんと わかめ ぎゅうにゅう さいのくにならまんじゅう	しょうが にんにく コーン もやし にんじん チンゲンサイ ねぎ はるキャベツ コーン にんじん きゅうり	620	24.6
15	木	ごはん ぎゅうにゅう いかのかりんあげ(2ほん) ぶたにくとれんこんのあまからいため とうふのすましじる	乳 コムギ コムギ コムギ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう いかスティックでんぶんつき ぶたにく かまぼこ とうふ	しょうが にんじん れんこん こんにやく にんじん だいこん ねぎ こまつな	594	24.5
16	金	くろパン ぎゅうにゅう スパゲッティボロネーゼ(こなチーズ) ナタデココいりフルーツポンチ	小麦 乳 小麦(乳)	くろパン スパゲッティ あぶら ナタデココ みかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたレバー こなチーズ	にんにく たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム ビーマン トマト パイン おうとう はくとう ラフランス りんご	590	22.0
食育の日		ごはん ぎゅうにゅう あげぎょうぎ(2コ) マーボーどうふ	乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぎょうぎ とうふ ぶたにく みそ	にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ には	660	23.6
19	月	ごはん ぎゅうにゅう かつおのこうみソース にんじんしりしり にらのみそじる	乳 コムギ 卵 コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう あぶら	ぎゅうにゅう かつおつつたあげ ツナ たまごそぼろ あぶらあげ とうふ みそ	にんにく しょうが ねぎ にんじん にんじん たまねぎ ぶなしめじ には	586	23.2
21	水	さんさいにくじるうどん(じごなうどん) 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	じごなうどん きびぎとう じゃがいも あぶら	ぶたにく こんぶ あぶらあげ ぎゅうにゅう	にんじん だいこん ほししいたけ 山菜ミックス ねぎ 【わらび・ぶなしめじ・なめこ】 かわちばんかん	645	22.0
22	木	みそそぼろごはん(ごはん) ぎゅうにゅう のっぺいじる	卵 コムギ 乳 コムギ	ごはん あぶら きびぎとう じゃがいも でんぶん	ぶたにく とりにく たまごそぼろ みそ ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ にんじん ごぼう だいこん ほししいたけ ねぎ	596	25.0
23	金	チーズバーガー(こどもパンスライス) ハンバーグ スライスチーズ サンドようサラダ(ドレッシング) ぎゅうにゅう ポテトポタージュ	(小麦) 乳 乳 乳 小麦	こどもパンスライス きびぎとう あぶら サウザンアイランドドレッシング じゃがいも	ハンバーグ スライスチーズ 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 シュレツドチーズ	たまねぎ トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん コーン パセリ	637	26.7
26	月	ごはん ぎゅうにゅう メバルのつつたあげ ぶたにくとこんぶのいりに じゃがいものみそじる	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう メバルつつたあげ ぶたにく こんぶ あぶらあげ とうふ わかめ みそ	こんにやく にんじん たまねぎ にんじん ねぎ	594	23.8
27	火	ハヤシライス(ごはん) ぎゅうにゅう こんにやくサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳	ごはん あぶら かんきつドレッシング	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト キャベツ コーン にんじん こんにやく きゅうり	609	20.7
28	水	たんたんめん(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう ねぎみそパオズ メロン	コムギ(小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん ごまあぶら きびぎとう ごま	ぶたにく とりにく みそ ぎゅうにゅう ねぎみそパオズ	しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ もやし チンゲンサイ メロン	644	27.6
29	木	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとアスパラガスのみそいため かぶのすりながし	乳 コムギ 小麦	ごはん あぶら でんぶん でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ にくだんご	しょうが にんじん たまねぎ きくらげ もやし キャベツ アスパラガス たまねぎ かぶ こまつな	585	24.8
30	金	はちみつパン ぎゅうにゅう カレーコロッケ コールスロー(ドレッシング) キャロットスープ	小麦 乳 小麦 乳 小麦	はちみつパン カレーコロッケ あぶら コールスロードレッシング バター	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム スキムミルク シュレツドチーズ	キャベツ コーン にんじん たまねぎ にんじん パセリ	593	22.0
計 20 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 ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均栄養量	610	23.9

※ 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大アレルギー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いません。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。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小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～

ついたち 1日 はちじゅうはちやこんだて
八十八夜献立
か 2日 ひこんだて
こどもの日献立
にち 19日 せかい りょうり ちゅうかじんみんきょうわこく
世界の料理(中華人民共和国)

