



給食献立表 (世界の料理特集)



令和6年度

足立区立花保小学校

日	牛乳	どこの国の料理	こんだて	(あかいろ) 血や肉・骨になる食品	(きいろ) 熱や力になる食品	(みどりいろ) 体のちょうしをととのえる食品	エネルギー (kcal)
1月		 フランス	ガーリックフランスパン チキンのラタトゥイユ リヨネーズポテト おかしな目玉焼き	牛乳、とり肉、チーズ、 ベーコン、かんでん、 豆乳、カルピス	バター、油、 じゃがいも、 ソフトフランスパン	たまねぎ、黄ピーマン、なす、 ピーマン、トマト缶、にんにく、 キャベツ、セロリー、しょうが、 にんじん、パセリ、ズッキーニ、 もも缶	618
2火		 コロンビア	アロスコンポーヨ (鶏入りピラフ) エンパナーダ 野菜スープ	牛乳、とり肉、大豆、 チーズ、たまご、 ベーコン、とうふ	米、むぎ、バター、 じゃがいも、 ぎょうぎのかわ、油、 こむぎこ	にんじん、たまねぎ、 マッシュルーム、にんにく、 しょうが、パセリ、キャベツ、 こまつな、エリンギ	608
3水		 ハンガリー	ハニーアーモンドトースト グヤーシュ (野菜と肉の煮込み) チャラマーデー (パプリカとキャベツのサラダ)	牛乳、ぶた肉、 レンズまめ、チーズ	むえんしよくパン、 バター、はちみつ、 さとう、アーモンド、 じゃがいも、油、 こむぎこ	にんにく、セロリー、たまねぎ、 にんじん、トマト缶、レモン、 赤ピーマン、黄ピーマン、 きゅうり、こまつな、 キャベツ、れいとうみかん	604
4木		 アメリカ	ジャンバラヤ (ピラフ) ケイジャンチキン ツナサラダ オニオン玉子スープ	牛乳、ウィンナー、 えび、とり肉、ツナ、 ベーコン、 チーズ、たまご	米、油、でんぶん、 さとう、バター	たまねぎ、にんじん、コーン、 ピーマン、にんにく、はねぎ、 しょうが、キャベツ、きゅうり、 こまつな、トマト缶	636
5金		 日本	◇行事食 七夕◇ 七夕寿司 わかさぎのさらさ揚げ 天の川汁 お星さまゼリー	牛乳、さけ、油あげ、 えび、わかさぎ、 かまぼこ、とうふ、 わかめ、かんでん	米、さとう、でんぶん、 油、そうめん、ふ、 ごま	たけのこ、ほししいたけ、 にんじん、かんぴょう、オクラ、 しょうが、えのきたけ、みずな、 たまねぎ、アセロラ、パイン缶、 ナタデココ	609
8月		 イタリア	☆おたんじょう日給食☆ アマトリチャーナ いか入りパルサミコ酢サラダ チェン・チ (デザート)	牛乳、ベーコン、 チーズ、いか、 アンチョビ、 ツナ、たまご	ペンネ、油、 こむぎこ、バター、 さとう、 きょうりきこ	たまねぎ、エリンギ、にんにく、 タカノツメ、トマト缶、 キャベツ、にんじん、きゅうり、 こまつな、レモン、オレンジ	601
9火		 エチオピア	ナン ドロワット (キノの煮込み) ナッツポテトサラダ 小玉すいか	牛乳、とり肉、 レンズまめ、 うずらたまご	ナン、じゃがいも、油、 さとう、こむぎこ、 アーモンド	レモン、にんにく、しょうが、 セロリー、たまねぎ、にんじん、 キャベツ、きゅうり、 こだますいか	599
10水		 中国	青椒肉絲丼 ユーミータン (中華玉子コンスープ) 杏仁豆腐	牛乳、ぶた肉、みそ、 とり肉、とうふ、 たまご、かんでん、 生クリーム、わかめ、 とうにゅう	米、むぎ、油、さとう、 でんぶん	にんにく、しょうが、にんじん、 たけのこ、たまねぎ、もやし、 ほししいたけ、ピーマン、 あかピーマン、コーン、レモン、 みかん缶、パイン缶、もも缶	595
11木		 ギリシャ	キャロットパン ムサカ レヴィシアスーパ (ひよこ豆スープ)	牛乳、ぶた肉、 レンズまめ、 生クリーム、チーズ、 ベーコン、ひよこ豆	キャロットパン、油、 じゃがいも、さとう、 バター、こむぎこ	なす、セロリー、にんにく、 しょうが、たまねぎ、にんじん、 トマト缶、パセリ、キャベツ、 エリンギ	653
12金		 インドネシア	◇2年生 とうもろこしの皮むき◇ ナシゴレン エビせんべい添え ソトアヤム (キノスープ) とうもろこし	牛乳、ぶた肉、たまご、 ベーコン、えび、 とり肉、とうふ	米、油、はるさめ、 えびせんべい	にんにく、しょうが、ピーマン、 キャベツ、えのきたけ、トマト、 こまつな、たまねぎ、 とうもろこし	559
16火		 ブラジル	フェジョアータとバターライス ピナグレッタ (トマトと玉葱のサラダ) ポンデケージョ	牛乳、きんときまめ、 てぼうまめ、ぶた肉、 ベーコン、ツナ、 とうふ、とうにゅう、 たまご、チーズ	米、麦、バター、油、 じゃがいも、でんぶん、 さとう、しらたまご、 こむぎこ	たまねぎ、パセリ、にんじん、 にんにく、きゅうり、トマト、 キャベツ、レモン	603
17水		 オーストラリア	ミルクパン フィッシュ&チップス キャベツとコーンのサラダ 冷凍みかん	牛乳、メルルーサ、 たまご、大豆	ミルクパン、さとう、 こむぎこ、油、 じゃがいも	コーン、キャベツ、きゅうり、 こまつな、にんじん、たまねぎ、 れいとうみかん	578
18木		 日本	◇野菜の日 足立区産枝豆 3年生枝豆さやとり◇ 枝豆じゃごはん いかのかりんとうがらめ 海藻サラダ 豆乳入りみそ汁 宇佐美さんちの枝豆	牛乳、こんぶ、 ちりめん、いか、 かいそう、かんでん、 ツナ、生あげ、わかめ、 みそ、とうにゅう	米、もち米、むぎ、 ごま、でんぶん、 油、さとう、 アーモンド	えだまめ、しょうが、キャベツ、 こまつな、もやし、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 えのきたけ	651



夏休み
(夏休み明けの給食は9月3日からです)



* 献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

* 今月も、もちろん基準栄養価・食品構成を考慮した献立になっています。



世界の料理の説明は裏面にあります ご覧ください

