



2022年 5月

学校給食献立予定表



足立区立西新井小学校

日	牛乳	こんだてめい 献立名		つか 使われている主な材料			えいようか 栄養価
		主食	おかず	あか ちく 血や肉になるもの	きいろ ねつ ちから ちと 熱や力の元になるもの	みどり からだ ちようし ととの 体の調子を整えるもの	
2月	○	セルフフィッシュサンド	ジャーマンポテト ABCスープ	ぎゅうにゅう メルルーサ たまご ベーコン	かしわパン こむぎこ パンこ あぶら さとう じゃがいも バター マカロニ	たまねぎ コーン パセリ にんじん キャベツ こまつな	651 kcal 28.0 g 27.1 g
3火	憲法記念日						
4水	みどりの日						
5木	こどもの日						
6金	○	ハヤシライス	だいこんサラダ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく かいそうミックス	こめ あぶら こむぎこ バター さとう	たまねぎ にんにく にんじん マッシュルーム グリンピース キャベツ コーン だいこん れいとうみかん	620 kcal 19.0 g 19.9 g
9月	○	ビスキュイトースト	ハニーサラダ ミネストローネスープ くだもの	ぎゅうにゅう たまご チーズ ベーコン いんげんまめ	しょくばん こむぎこ バター さとう グラニューとう じゃがいも あぶら はちみつ スパゲッティ	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ かぶ こまつな 如リ トマト れいとうみかん	631 kcal 20.0 g 24.1 g
10火	○	むぎごはん	ししゃものかんこくふうやき わふうサラダ いなかじる	ぎゅうにゅう ししゃも なまあげ みそ	こめ むぎ さとう ごま あぶら じゃがいも	にんにく しょうが ねぎ キャベツ きゅうり コーン だいこん たまねぎ ごぼう にんじん	555 kcal 21.4 g 17.2 g
11水	○	ホイコーローどん	はるさめサラダ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	こめ むぎ さとう でんぷん はるさめ	にんにく しょうが にんじん たけのこ キャベツ しいたけ ねぎ ピーマン きゅうり もやし メロン	580 kcal 19.3 g 15.6 g
12木	○	そばめし	ワンタンスープ フルーツパンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ バター あぶら ちゅうかめん ワンタン	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース もやし たけのこ こまつな みかん もも パイン	562 kcal 19.0 g 15.2 g
13金	○	ごはん	しろみざかなのバニラ こうみあえ みそしる	ぎゅうにゅう メルルーサ あぶらあげ みそ	こめ さとう あぶら じゃがいも	しょうが レモン たまねぎ りんご キャベツ きゅうり にんじん えのき ねぎ	535 kcal 24.6 g 12.4 g
16月	○	カレーパン	キャロットポタージュ レモンドレッシングサラダ	ぎゅうにゅう だいす ぶたにく いんげんまめ なまクリーム	ミルクパン あぶら バター でんぷん じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん しょうが セロリ パセリ キャベツ きゅうり レモン	559 kcal 23.0 g 22.8 g
17火	○	ミートソース スパゲッティ	ツナとわかめのサラダ きなこタッフィー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす チーズ ツナ わかめ きなこ	スパゲッティ あぶら こむぎこ さとう	にんじん たまねぎ しょうが マッシュルーム にんにく トマト きゅうり キャベツ	620 kcal 28.5 g 23.7 g
18水	○	マーボーどん	ナムル くだもの	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいす みそ	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん ごま	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ たら にんにく しょうが キャベツ もやし こまつな あまなつ	636 kcal 26.2 g 19.8 g
19木	○	ごはん	あつやきたまご おかかあえ とうふのみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす たまご かつおぶし とうふ わかめ みそ	こめ あぶら さとう	しいたけ にんじん たまねぎ キャベツ こまつな えのき	569 kcal 25.9 g 18.5 g
20金	○	みそカツどん	すましじる こうはくゼリー *うどんかい おうえんきゅうしよ*	ぎゅうにゅう とりにく たまご みそ わかめ とうふ かんてん カルピス	こめ こむぎこ パンこ あぶら さとう	にんにく キャベツ えのき ねぎ アセロラジュース	640 kcal 25.8 g 17.2 g
23月	運動会 ぶりかえ休日						
24火	○	ちゃんぽんうどん	じゃこいりサラダ かすてらケーキ お誕生日デザート ★5月★	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか かまぼこ ちくわ ちりめん たまご	うどん ラード あぶら さとう こむぎこ はちみつ	もやし にんじん キャベツ ねぎ しいたけ にんにく こまつな コーン たまねぎ	568 kcal 26.5 g 23.3 g
25水	○	ごはん (ぶりかけ)	にくじゃが ツナのコマドレサラダ	ぎゅうにゅう かつおぶし あおりのり ぶたにく なまあげ ツナ	こめ ごま さとう あぶら じゃがいも こんにゃく	たまねぎ にんじん しいたけ グリーンピース キャベツ きゅうり もやし ねぎ	644 kcal 24.8 g 19.3 g
26木	○	グリーンピースごはん ★野菜の日 ★グリーンピース★	さかなのこうみやき やさいのピリからあえ けんちんじる	ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ	こめ もちごめ あぶら ごま じゃがいも こんにゃく	グリーンピース しょうが ねぎ もやし にんじん こまつな ごぼう だいこん	559 kcal 26.4 g 17.3 g
27金	○	あしたばパン	カレーシチュー うみのさちサラダ くだもの	ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ チーズ えび いか わかめ	あしたばパン じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	にんじん たまねぎ きゅうり グリーンピース オレンジ	582 kcal 26.0 g 21.3 g
30月	○	ごはん	わふうハンバーグ やさいのからしあえ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ たまご あぶらあげ みそ	こめ あぶら パンこ さとう でんぷん じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ えのき しめじ キャベツ にんじん こまつな もやし	628 kcal 26.6 g 20.2 g
31火	○	ツナコーンピラフ	マセドアンサラダ とうふとたまごのスープ	ぎゅうにゅう ツナ とりにく とうふ たまご	こめ バター じゃがいも あぶら でんぷん	たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム ピーマン にんにく きゅうり コーン こまつな ねぎ	601 kcal 25.1 g 21.5 g

献立は、都合により変更することがあります。ご了承ください。

給食費の引き落とし日 5月9日(月)

4,5月分の引き落としになります。2か月分になります。前日までのご入金をお願いいたします。

未納の場合は、給食内容に影響が出ます。必ず納入できるようにご協力をお願いいたします。