

日	曜日	牛乳	献立名	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal] 小学校	蛋白質 [g] 小学校	ひとくちメモ	
7	木	○	たけのごはん ごじる てづくりとりつくね わかめサラダ (わふうドレッシング)	あぶらあげ かつおぶし ぎゅうにゅう ぶたもも にくだいず しろみそ とりひきにく ぶたひき にく おしどうふ わかめ	こめ こんにやく じゃ がいも あぶら なま パンこ かたくりこ さと う	たけのこ にんじん こねぎ ごぼ う だいこん ねぎ しょうが キャベツ もやし	620	32.8		
8	金	○	ゆかりごはん すましじる あじのからあげ えのきサラダ (ちゅうかドレッシン グ)	ぎゅうにゅう かつおぶ し だしこんぶ わかめ もめんどうふ かまぼこ あじ	こめ かたくりこ あぶ ら	えのきたけ だいこん ねぎ しょ うが にんにく キャベツ にんじ ん	646	27.8	にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級 おめでとうございます!	
11	月	○	みそラーメン むしぎょうざ (2) こまつなのおひたし (しょうゆ)	ぶたももにく あかみそ ぎゅうにゅう ぎょうざ	あぶら ごまあぶら ちゅうかめん	しょうが にんにく にんじん と うもろこし はくさい ねぎ もや し こまつな	591	27.3	いわ こんだて お祝い献立	
12	火	○	ごはん ハンガリアンシチュー コーンソテー パインかん・みかんゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたひきにく	こめ あぶら じゃがい も こむぎこ みかんゼ リー	にんにく しょうが たまねぎ に んじん マッシュルーム トマト トマトピューレ ピーマン と うもろこし キャベツ パインかん づめ	640	19.8	あた 新しいスタートをき つた みなさんへ、給食センター からお祝いの気持ちをごめ て、「お祝い献立」をお届け します。	
13	水	○	わかめごはん さわにわん てりやきチキン いんげんとさつまあげのいためもの	たきこみわかめ ぎゅう にゅう だしこんぶ かつ おぶし ぶたももにく あぶらあげ とりももに く さつまあげ	こめ あぶら さとう か たくりこ ごま ごまあ ぶら	だいこん にんじん ほししいた け ねぎ ほうれんそう にんにく しょうが いんげん	535	31.3	●18日:「鮭の混ぜ寿司」 混ぜ寿司には、桜に見立 ててほぐした鮭を入れてい ます。	
14	木	○	フィッシュバーガー (よこわりまるパ ン、ホキのフライ (ソース)) ABCスープ アスパラガスサラダ (ノンエッグマヨ ネーズ)	ぎゅうにゅう ベーコン ホキ	まるパン マカロニ こ むぎこ パンこ あぶら ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん キャベツ と うもろこし アスパラガス	604	27.2	●18日:「鮭の混ぜ寿司」 混ぜ寿司には、桜に見立 ててほぐした鮭を入れてい ます。	
15	金	○	ごはん ポークカレー かいそうサラダ (たまねぎドレッシン グ) みかんかん・カクテルゼリー	ぎゅうにゅう ぶたもも にく かいそうミックス グ	こめ あぶら じゃがい も こむぎこ こんにゃ く カクテルゼリー	にんにく しょうが セロリ にん じん たまねぎ トマトピューレ アップルソース もやし みかんかんづめ	596	22.0	「お花見汁」 お花見汁には、桜の花の 形をしたピンク色のちらしか まぼこが入っています。	
18	月	○	さけのまぜずし おはなみじる はながたとうふハンバーグのわふう ソース もやしサラダ (わふうドレッシング) さんしょくだんご	さけフレク ぎゅう にゅう だしこんぶ かつ おぶし とりももにく あぶらあげ ちらしかま ぼこ はながたとうふハ ンバーグ	こめ さとう あぶら か たくりこ さんしょくだ んご	しょうが にんじん ほししいた け きぬさや だいこん ねぎ に んにく アップルソース キャベ ツ もやし	732	25.7	「三色団子」 三色団子は、ピンク色・白 色・緑色でそれぞれの中に 違う種類のあんが入ってい ます。食感や味の違いを楽 しんでくださいね♪	
19	火	○	ミートソーススパゲティ ジャーマンポテト きよみオレンジ(なま)	ぶたひきにく ぎゅう にゅう ベーコン	スパゲティ あぶら メープルシロップ さと う こむぎこ オリーブあぶら じゃがい も	にんにく たまねぎ セロリ にん じん マッシュルーム トマトピューレ いんげん きよみオレンジ	609	23.8	「三色団子」 三色団子は、ピンク色・白 色・緑色でそれぞれの中に 違う種類のあんが入ってい ます。食感や味の違いを楽 しんでくださいね♪	
20	水	○	ごはん はるさめスープ さばのピリからあげ えだまめサラダ (ちゅうかドレッシン グ)	ぎゅうにゅう ぶたもも にく さば	こめ あぶら りよくと うはるさめ ごまあぶら かたくりこ こむぎこ さとう	にんじん たけのこ ねぎ にんに く えだまめ キャベツ	692	25.9	しんでくださいね♪	
21	木	○	マーボー豆腐うどん (ごはん、マー ボー豆腐) たけのこいりちゅうかスープ はくとうかん・ももゼリー	ぎゅうにゅう ぶたもも にく ぶたひきにく も めんどうふ あかみそ	こめ あぶら かたくり こ ごまあぶら ももゼ リー	にんにく しょうが ほししいた け にんじん もやし はくさい たけのこ ねぎ こまつな なら はくとうかんづめ	624	29.0		
22	金	○	ホットドッグ (せわりコッペパン、と うふウインナーバーベキューソース) グリーンピースいりとうにゅうチャウ ダー メロン (なま)	ぎゅうにゅう ベーコン とうにゅう とうふウイ ンナー	コッペパン あぶら じゃがいも こむぎこ さとう かたくりこ	たまねぎ にんじん とうもろこ し グリンピース パセリ しょう が にんにく アップルソース メ ロン	563	23.7	旬の食材 ●旬 7日:旬ごはん 21日:旬入り中華スープ	
25	月	○	ごはん しんたまねぎのみそじる ぶたにくのかりんあげ ほうれんそうのにびたし	ぎゅうにゅう だしこん ぶ かつおぶし あぶらあげ あかみそ しろみそ ぶたももにく	こめ じゃがいも かた くりこ あぶら さとう ごま	たまねぎ ぶなしめじ しょうが キャベツ にんじん ほうれんそ う	709	29.2	●アスパラガス 14日:アスパラガスサラダ ●グリーンピース 22日:グリーンピース入り 豆乳チャウダー	
26	火	○	キムタクごはん けんちんじる とりにくのごまやき ひじきののもの	ぶたももにく ぎゅう にゅう あぶらあげ だ しこんぶ とりももにく ほしひじき かつおぶし	こめ きょうかまい あ ぶら ごまあぶら こんに ゃく じゃがいも ごま さとう	にんにく たくあん はくさいキ ムチ こねぎ ごぼう にんじん ほししいたけ だいこん ねぎ しょうが えだまめ	572	29.8	●アスパラガス 14日:アスパラガスサラダ ●グリーンピース 22日:グリーンピース入り 豆乳チャウダー	
27	水	○	あさやきしよくパン (ブルーベリー ジャム) ポトフ ヤングコーンサラダ (フレンチドレッシ ング)	ぎゅうにゅう とりもも にく ベーコン	しよくパン じゃがいも さとう はちみつ くず こ	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり ヤングコーン ブルー ベリー レモンかじゅう	460	23.9		
28	木	○	ごはん とりだんごスープ いかのチリソース(2) こんにやくサラダ (たまねぎドレッシ ング)	ぎゅうにゅう とりだん ご いか	こめ ごまあぶら かた くりこ あぶら さとう こんにやく	にんじん ほししいたけ もやし はくさい しょうが にんにく ねぎ キャベツ きゅうり	590	25.7		
*都合により、献立や材料等を変更することがありますのでご了承ください。 *学校により給食の実施日は異なります。 *小学校のエネルギー・蛋白質は中学年量です。							月平均	611	26.6	給食では東大和市産の地場 野菜も使用しております。
							学校給食摂取基準	650	21-33	

*四・五月分の給食費引落日は、五月三十一日(火)です。残高確認をお願いします。

保護者のみなさまへ ~給食費について~

*4月は、給食費の引き落としがありません。5月31日(火)が4月・5月分の引落日になります。

2か月分の給食費が引き落とされます。残高のご確認をお願いいたします。

*学校給食は保護者のみなさまに納入していただく給食費によって成り立っています。

お預かりした給食費は、食材の購入に使用しています。ご理解、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

