

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	
2	月	○	ちまきふうおこわ なめこのみそしる あじのなんばんづけ キャベツのおひたし(しょうゆ)	やきぶた ぎゅうにゅう だしこんぶ かつおぶし あかみそ しろみそ もめ んどうふ あぶらあげ あじ	こめ もちごめ あぶら ごまあぶら かた くりこ こむぎこ さとう ごま	にんじん ほしいたけ なめこ ねぶかねぎ しょうが たまねぎ もやし キャベツ	634	32.8		
6	金	○	スパゲティハヤシソース だいたサダ(フレンチドレッシング) てづくりさやまちゃケーキ	ぶたももにく ぎゅうにゅう だいず とうにゅう	スパゲティ あぶら さと う こむぎこ こめこ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトピューレ キャベツ	730	26.6	ぎょうじしよく たんご せつく 行事食(端午の節句)	
9	月	○	ぶたキムチどん(ごはん、ぶたにくのキムチいため) もずくスープ パインかん	ぎゅうにゅう とりももにく もずく かまぼこ ぶた ももにく あかみそ	こめ あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	えのきたけ にんじん にんにく しょうが はくさいキムチ もや したけのこ には パインかんづ め	550	29.2	●2日:「ちまき風おこわ」 5月5日は、端午の節句で 男の子の成長を祝う日です。 端午の節句には、中華 ちまきや柏もちをたべる風習 があります。給食では、醤油 で味付けをした、「ちまき風お こわ」を提供します。	
10	火	○	ぎっこくごはん うすくずじる さけのカレーノンエッグマヨネーズ やきNEW! こんにやくサラダ(わふうドレッシング)	ぎゅうにゅう かつおぶし とりももにく おしどうふ かまぼこ さけ きわかめ	こめ ぎっこく くずこ ノンエッグマヨネーズ あぶら	えのきたけ にんじん ねぶかねぎ ぎ こまつな にんにく だいこん サラダこんにやく	569	28.9		
11	水	○	チリドッグ(せわりコッペパン、 チリピーズ) とうにゅうチャウダー よなしかん・レモンゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン とりももにく とうにゅう ぶたひきにく だいず	コッペパン じゃがいも こむぎこ あぶら さとう レモンゼリー	にんじん たまねぎ ホールコー ン クリームコーン パセリ しょうが にんにく トマトピューレ よなしかんづ め	625	30.4		
12	木	○	ごはん ワンタンスープ すぶた えのきサラダ(ちゅうかドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたももにく	こめ あぶら ワンタン ごまあぶら かたくりこ さとう	にんじん はくさい ねぶかねぎ たけのこ ピーマン たまねぎ ほ しいたけ えのきたけ キャベ ツ もやし	647	25.3		
13	金	○	だいたとこんぶのごはん だいたのみそしる かつおのあずまに きんぴらごぼう	ぶたももにく きざみこん ぶ だいた ぎゅうにゅう だしこんぶ かつおぶし もめんどうふ あかみそ しろみそ かつお ぶたか たにく 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	にんじん だいこん たまねぎ ね ぶかねぎ しょうが ほしいた け ごぼう	619	37.0	ぎょうじしよく はちじゅうはちや 行事食(八十八夜)	
16	月	○	ジャージャーめん(めん、にくみ そ、きゅうりともやしのサラダ) わかめスープ	ぶたひきにく あかみそ ぎゅうにゅう とりももにく カットわかめ	ちゅうかめん あぶら さ とう かたくりこ ごまあ ぶら ごま	にんにく しょうが たまねぎ に んじん たけのこ えのきたけ ね ぶかねぎ きゅうり もやし	615	31.3	●6日:「手作り狭山茶」 「 ケーキ 」 はちじゅうはちや ひがしやまとし 八十八夜は、立春から数え て88日目を指します。今年の はちじゅうはちや 八十八夜は5月2日です。こ の時期に収穫した茶葉は「新 茶」といい、特に栄養価が高 いと言われています。 給食では、東大和市でとれ た狭山茶を使って手作りケー キを提供します。	
17	火	○	なまあげのうまにどん(ごはん、 なまあげのうまに) いんげんのごまあえ(ごまドレッシング) フルーツしらたま	ぎゅうにゅう ぶたももにく かつおぶし だしこん ぶ なまあげ	こめ あぶら さといも さとう かたくりこ ごま しらたまだんご	しょうが にんじん ほしいた け たまねぎ たけのこ キャベツ いんげん おうとうかん みかん かん	641	29.8		
18	水	○	ごはん こづゆ ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいこんのしおいため	ぎゅうにゅう かつおぶし だしこんぶ ほたて ぶた かたローズにく さつまあ げ	こめ こんにやく さとい も しらたまふ かたくり こ さとう ごまあぶら	ほしいたけ ごぼう こまつな しょうが たまねぎ きりぼしだ いこん ねぶかねぎ もやし	555	26.8		
19	木	○	あさやきしよくパン(ミックス ジャム) コーヒーミルク アスパラガスのとうにゅういりク リームシチュー ヤングコーンサラダ(フレンチド レッシング)	コーヒーミルク ベーコン とりももにく ぎゅうにゅう とうにゅう なまク リーム ピザチーズ	しよくパン じゃがいも こむぎこ バター あぶら さとう くずこ	にんじん たまねぎ アスパラガ ス キャベツ きゅうり ヤング コーン りんごかんづめ パイン かんづめ みかんかんづめ レモ ンかじゅう	520	19.0		
20	金	○	ごはん はるさめたんたんスープ ヤンニョムチキン(2) ひじきサラダ(かんきつドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたひきに く あかみそ とうにゅう とりももにく ほしひじき	こめ あぶら さとう ごまりよくとうはるさ め ごまあぶら ラーゆ かたくりこ	にんにく しょうが にんじん はくさい には ねぶかねぎ えだま め キャベツ	627	27.7		
23	月	○	なめし けんちんじる いかのからあげ(2) こまつなサラダ(たまねぎドレッシング)	ぎゅうにゅう あぶらあげ だしこんぶ いか	こめ むぎきょうかまい あぶら こんにやく じゃ がいも かたくりこ	ごぼう にんじん ほしいたけ だいこん ねぶかねぎ しょうが にんにく キャベツ こまつな	577	23.5	しゅん しょくざい 旬の食材 ●鰻 	
24	火	○	くろぎとうしよくパン トマトシチュー やさいとウインナーのソテー メロン(なま)	ぎゅうにゅう ぶたかたに く ウインナー	くろぎとうしよくパン あぶら じゃがいも さと う こむぎこ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトピューレ キャベツ ホールコーン メロン	537	27.9	2日:「鰻の南蛮漬け」 ●鰻	
25	水	○	ごはん どうふのみそしる とりにくのこうみやき こんさいのもの	ぎゅうにゅう だしこんぶ かつおぶし もめんどうふ カットわかめ あぶらあげ あかみそ しろみそ とり ももにく ぶたももにく	こめ さとう ごまあぶら ごま あぶら	ぶなしめじ ねぶかねぎ にんに く にんじん ごぼう たけのこ	568	34.3	13日:「鰻のあずま煮」 ●アスパラガス 19日:「アスパラガスの豆乳 入りクリームシチュー」	
26	木	○	ごはん(ふりかけ) とんじる さわらのたつたあげ キャベツサラダ(かんきつドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたかたに く もめんどうふ しろみ そ あかみそ かつおぶし さわら	こめ あぶら さといも こんにやく かたくりこ こむぎこ	にんじん ごぼう だいこん ねぶ かねぎ しょうが もやし キャベ ツ えのきたけ	649	31.4	●メロン 24日:「メロン(生)」	
27	金	○	ミートサンド(よこわりまるパ ン、ミートサンドのぐ)ポトフ みかんかん・カクテルゼリー	ぎゅうにゅう ウインナー ベーコン ぶたひきにく	まるパン じゃがいも あ ぶら さとう こむぎこ カクテルゼリー	たまねぎ キャベツ にんじん セ ロリ にんにく みかんかんづめ	563	29.8	●その他 新たまねぎ、春キャベツなど	
30	月	○	ごはん チキンカレー コロコロソテー おうとうかん・りんごゼリー	ぎゅうにゅう とりももに く	こめ あぶら じゃがいも こむぎこ りんごゼリー	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 ホールコーン えだまめ おうとうかんづめ	614	23.4		
31	火	○	フィッシュサンド(かしわパン、 メルルーサのフライ(ソース)) ピーンズスープ かいそうサラダ(たまねぎドレッシング)	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー ミックスピー ンズ メルルーサ かいそ うミックス	かしわパン じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら	セロリ にんにく たまねぎ にん じん キャベツ マッシュルーム きゅうり	601	28.4	給食では東大和市産の 地場野菜も使用して おります。	
*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	602	28.6	
							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。