

2022年 5月 浜松市立 積志小 学校 学校給食予定献立表 (18) 回

学校番号	小40
グループ	D2

日付	曜	献立名	こむぎ	たまご	乳製品	えび	かに	主要材料			エネルギーたんぱく質	脂質	食塩
								(赤) 主に体をつくるものになる	(緑) 主に体の調子を整えるものになる	(黄) 主にエネルギーのものになる			
2月		パン 牛乳 チキンとペンのトマトに イタリアンスープ りんごゼリー	*	*	*			牛乳 とりにく たまご ベーコン チーズ かんでん	たまねぎ トマト缶 ぶなしめじ にんにく たまねぎ スイートコーン缶 にんじん パセリ りんごかじゅう	パン マカロニ オリーブゆ さとう	622 kcal 29.8 g	20.8 g 2.9 g	
9月		ごはん 牛乳 とりにくのおちやめあげ おひたし ちゃそうめん  <行事食 八十八夜>	*					牛乳 とりにく あぶらあげ	ちゃ しょうが もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん みつば	ごはん でんぶん あぶら ごま ちゃそうめん	618 kcal 24.7 g	18.3 g 2.0 g	
10火		ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがに かいそうサラダ ごったじる						牛乳 ぶたにく すきこんぶ なまあげ みそ	にんじん ごぼう しょうが きゅうり スイートコーン缶 だいこん こんにやく にんじん ねぎ	ごはん さとう ごまあぶら ごま さとう じゃがいも	618 kcal 23.7 g	19.7 g 1.9 g	
11水		ごはん 牛乳 あじのごまあげ こまつなのいためもの ちゃんこじる						牛乳 あじ あぶらあげ だんご(たら・とうにゅう・だいち)	しょうが もやし こまつな だいこん ごぼう にんじん ねぶかねぎ	ごはん でんぶん あぶら ごま ごまあぶら あぶら・じゃがいも・さとう・でんぶん(だんご)	622 kcal 25.2 g	20.5 g 2.0 g	
12木		パン 牛乳 ★ホキとナッツのトマトソースあえ コーンとアスパラガスのソテー たまごスープ		*				牛乳 ホキ だいず ベーコン たまご わかめ	えだまめ トマトジュース スイートコーン缶 アスパラガス たまねぎ キャベツ	パン じゃがいも かぶナツ あぶら でんぶん さとう あぶら でんぶん	624 kcal 28.3 g	26.6 g 2.7 g	
13金		むぎ入りごはん 牛乳 がんものにつけ いなかじる ★そくせきづけ						牛乳 がんもどき(とうふ・ひじき) とりにく しおこんぶ	にんじん・ごぼう(がんもどき) だいこん にんじん こんにやく えのきたけ ねぎ キャベツ	ごはん むぎ あぶら(がんもどき) さとう じゃがいも ごま さとう	618 kcal 22.3 g	20.3 g 1.8 g	
16月		パン 牛乳 ウインナーソーセージ やさしいソテー とうふスープ ヨーグルト			*			牛乳 ウインナーソーセージ ぶたにく とうふ ヨーグルト	キャベツ たまねぎ にんじん たまねぎ スイートコーン缶 チンゲンサイ	パン あぶら でんぶん	622 kcal 27.7 g	24.1 g 3.1 g	
17火		ごはん 牛乳 ソースかつ アーモンドあえ さわにわん	*					牛乳 ぶたにく あぶらあげ	キャベツ ほうれんそう だいこん たけのこ にんじん ごぼう みつば	ごはん パンこ あぶら こむぎこ こめこ でんぶん さとう アーモンド	620 kcal 23.2 g	16.7 g 2.3 g	
18水		ごはん 牛乳 なまあげのごもくいため すいぎょうざスープ くだもの	*					牛乳 なまあげ ぶたにく みそ ぶたにく・だいずこ(すいぎょうざ)	たけのこ にんじん さやいんげん しょうが もやし いら しいたけ しょうが・ねぎ(すいぎょうざ) オレンジ	ごはん さとう あぶら こむぎこ・たけのこ・あぶら(すいぎょうざ) ごまあぶら	623 kcal 22.5 g	20.4 g 1.9 g	
19木		パン 牛乳 メーブルマーガリン とりにくとだいずのカレーに ファルファールスープ くだもの		*	*			牛乳 にゅう(メーブルマーガリン) とりにく だいず ベーコン	たまねぎ にんにく たまねぎ キャベツ にんじん セロリ パセリ バナナ	パン メーブルマーガリン じゃがいも あぶら マカロニ	624 kcal 26.7 g	22.2 g 2.5 g	
20金		むぎ入りごはん 牛乳 さわらのいそべあげ にびたし みそしる  <ふるさと給食の日>						牛乳 さわら あおのり あぶらあげ かつおぶし とうふ みそ	しょうが キャベツ チンゲンサイ にんじん たまねぎ ねぎ	ごはん むぎ でんぶん あぶら じゃがいも	618 kcal 24.4 g	17.8 g 1.9 g	
23月		パン 牛乳 いちごジャム にくだんごのクリームに げんまいいりスープ ★ミックスナッツ	*	*				牛乳 にくだんご(とりにく・だいずこ) 牛乳 ぶたにく	たまねぎ マッシュルーム パセリ たまねぎ にんじん スイートコーン缶 こまつな	パン いちごジャム でんぶん・パンこ・さとう(にくだんご) こむぎこ パセリ あぶら もちげんまい アーモンド カシューナッツ	640 kcal 27.5 g	26.8 g 2.4 g	
24火		ソフトめん 牛乳 みそソース ★にしよくあげ くだもの	*	*				牛乳 ぶたにく みそ チーズ きんときまめ	たまねぎ にんじん トマト缶 ねぎ しょうが パインアップル	ソフトめん さとう こむぎこ バター あぶら じゃがいも あぶら でんぶん	627 kcal 22.9 g	19.6 g 2.3 g	
25水		ごはん 牛乳 さばのゆうあんやき ごもくまめ わかたけじる						牛乳 さば だいず こんぶ とうふ わかめ	ゆずかじゅう にんじん こんにやく ごぼう しいたけ たけのこ えのきたけ	ごはん さとう さとう	657 kcal 27.4 g	25.3 g 1.7 g	
26木		パン 牛乳 さけフライ リヨネーズポテト カレースープ	*	*	*			牛乳 さけ だいずこ ベーコン ぶたにく ひよこまめ チーズ	たまねぎ パセリ たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	パン パンこ あぶら こむぎこ とうもろこしこ でんぶん じゃがいも あぶら カレールウ(こむぎこ) あぶら	618 kcal 28.7 g	24.6 g 2.9 g	
27金		ごはん 牛乳 ビビンバ(にく) (やさしい) うずらたまごとコーンのスープ ブルーベリーゼリー		*				牛乳 きゅうりにく うずらたまご かんでん	しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ にんじん たまねぎ スイートコーン缶 ねぎ ブルーベリーかじゅう ブルーベリー	ごはん さとう ごまあぶら ごま でんぶん さとう	618 kcal 24.8 g	17.2 g 1.8 g	
30月		パン 牛乳 ミートサンド しんじやがのすがたあげ レタスのスープ	*	*				牛乳 ぶたにく レンズまめ チーズ ウインナー	たまねぎ にんじん たまねぎ レタス えのきたけ	パン こむぎこ さとう じゃがいも あぶら	627 kcal 25.8 g	19.9 g 2.6 g	
31火		ごはん 牛乳 いわしのかばやき ごまあえ みそけんちんじる						牛乳 いわし とうふ みそ あぶらあげ	しょうが こまつな キャベツ こんにやく にんじん ごぼう ねぎ	ごはん あぶら でんぶん さとう ごま じゃがいも ごまあぶら	622 kcal 24.2 g	17.9 g 2.0 g	

★はカミカミメニューです。(よくかんでたべましょう)

※ 食品衛生法の改正にともない、アレルギー物質の特定原材料を表示しています。

「そば」は、給食では使用しませんが、ソフトめん・うどん・中華めんの製造工場では「そば」を使用した製品を作っています。

使用されている食品がわかるように献立名の横に*印をつけました。ただし、加工食品(ベーコン・フライ類・デザート類など)は入札して購入するため、十分な表記ができない場合があります。また、調味料等については、記載してありません。心配な場合は必ず学校へ確認をしてください。

なお、パン・牛乳についてはアレルギー物質の表示を省略しました。全てのパンに小麦と脱脂粉乳が使用されています。全てのめんに小麦が使用されています。しらす干し・海藻類等は、「えび・かに」が混ざる漁法で採取しています。

※ 「落花生」は、給食では使用しません。

※ 献立名を横に見ていくと、その献立に使用されている主要材料が示されています。

※ 天候不順等の都合により、献立が変更になる場合があります。

学校給食摂取基準	1・2年	530 kcal 21.9 g	14.7 g 2.0 g
	3・4年	650 kcal 26.8 g	18.0 g 2.0 g
	5・6年	780 kcal 32.2 g	21.7 g 2.5 g

※栄養表示は、中学年(3・4年生)のものです。

毎月19日は、食育の日