



給食予定献立表



渋谷区立加計塚小学校



日	主食		おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
2月	★オムライスの日給食★ ジャンボオムライス	○	野菜チップスサラダ オニオンスープ	鶏肉、たまご、牛乳	米、じゃがいも さつまいも、焼きふ	にんにく、玉葱、にんじん グリーンピース、コーン キャベツ、きゅうり 赤ピーマン、ブロッコリー れんこん、パセリ	658 kcal 21.7 g
3火	★タイ&ベトナム給食★ ガパオライス	○	鶏肉のフォー バナナ春巻き	鶏ひき肉、鶏肉、牛乳	米、黒砂糖、春巻きの皮 フォー	にんにく、玉葱、ピーマン パプリカ、にんじん レモン(果汁)、みずな バナナ、パセリ	653 kcal 21.0 g
4水	セルフチリドッグ (セサミパン)	ぶどう ジュース	クリームシチュー	豚ひき肉、大豆水煮 フランクフルト 鶏肉、牛乳 生クリーム	セサミパン、じゃがいも バター	コーン、玉葱、にんにく しょうが、にんじん、しめじ ほうれんそう ぶどうジュース	640 kcal 20.6 g
5木	発芽玄米ご飯	○	あじフライ 野菜の盛り合わせ あおさのみそ汁	あじ、みそ あおさ(素干し)、牛乳	米、発芽玄米、パン粉	キャベツ、にんじん きゅうり、トマト、だいこん こまつな、ごぼう、ねぎ	600 kcal 25.5 g
6金	あごだししょうゆラーメン	○	ごまだれサラダ 豆乳ココアプリン	かつお節、とびうお いわし、豚肉、豆乳 牛乳、鶏手羽先 アガー	中華めん、ごま、すりごま 純ココア、ごま油	しょうが、にんじん、もやし ねぎ、にんにく、葉ねぎ キャベツ、きゅうり パプリカ、メンマ	639 kcal 27.0 g
9月	★愛知県給食★ たこ飯	○	かしわのひきずり ミニ小倉トースト	タコ、鶏肉、焼き豆腐 こしあん、牛乳	米、しらたき、食パン	しょうが、こねぎ、にんじん えだまめ、はくさい えのきたけ、ねぎ	624 kcal 28.5 g
10火	雑穀ご飯	○	甘口チキンカレー シーザーサラダ 冷凍みかん	大豆、あずき、鶏肉 ヨーグルト、粉チーズ 牛乳、青大豆	米、麦、大麦、もち麦、黒米 赤米、きび、はちみつ、バター じゃがいも、牛脂 もちろし、クルトン フルーツチャツネ	にんにく、しょうが にんじん、さやいんげん 玉葱、りんご、キャベツ きゅうり、ブロッコリー 冷凍みかん	658 kcal 21.5 g
11水	豚キムチチャーハン	○	棒棒鶏 わかめスープ	豚肉、鶏肉ささ身 カットわかめ 木綿豆腐、牛乳、みそ	米、ごま、ねりごま、ごま油	にんにく、しょうが にんじん、玉葱 はくさいキムチ、にら もやし、きゅうり、ねぎ	624 kcal 20.2 g
12木	ご飯	○	かつおの米粉竜田揚げ キャベツのうま塩レモン 隠し味豚汁	かつお、豚肉、牛乳 みそ	米、じゃがいも、さといも こんにやく、米粉、ごま油	玉葱、しょうが、にんにく キャベツ、きゅうり にんじん、レモン(果汁) ごぼう、だいこん、ねぎ こねぎ、江戸菜、パセリ	625 kcal 28.3 g
13金	★父の日給食★ 焼きうどん	○	とうもろこしとみずくの甘辛サラダ 枝豆 ビール風ミニりんごジュース	豚肉、かつお節 もずく、ゼラチン 牛乳	うどん、ごま油	キャベツ、にんじん ピーマン、玉葱、にんにく きゅうり、コーン、もやし えだまめ、りんごジュース	653 kcal 19.3 g
16月	★和菓子の日給食★ 牛そぼろ丼	○	ごぼうサラダ 水ようかん	牛ひき肉、ツナ缶 牛乳、こしあん 寒天	米、ごま、ごま油	ねぎ、しょうが、にんじん こまつな、ごぼう、きゅうり キャベツ、コーン、玉葱	622 kcal 18.8 g
17火	ひんやりツイストドーナツ	○	鶏肉のチーズはさみ焼き ABCスープ	鶏肉、チーズ、豚肉 牛乳	ツイストパン、粉糖 パン粉、じゃがいも アルファベットマカロニ	玉葱、ピーマン、にんにく にんじん、キャベツ、セロリ パセリ、パセリ	633 kcal 28.4 g
18水	★おにぎりの日給食★ セルフおにぎり (味付けのり)	○	焼き魚 切り干し大根の浅漬け きりたんぽみそ鍋	味付けのり、さけ こんぶ、鶏肉、牛乳 みそ	米、きりたんぽ、じゃがいも	きゅうり、はくさい にんじん、切干しだいこん しょうが、だいこん、ねぎ こまつな	601 kcal 29.7 g
19木	えびピラフ	ミルク コーヒー	煮込み豆腐ハンバーグ カレースープ	えび、豚ひき肉、大豆 木綿豆腐、いんげん豆 ミルクコーヒー 鶏肉	米、パン粉、じゃがいも バター	にんにく、玉葱、パプリカ にんじん、コーン、パセリ グリーンピース、えだまめ しめじ、にんにく ブロッコリー、なす かぼちゃ、オクラ、キャベツ	669 kcal 26.2 g
20金	★韓国給食★ ご飯	○	ヤンニョムチキン ナムル トックのスープ	鶏肉、刻みのり、牛乳	米、ごま、トック、ごま油	にんにく、もやし 大豆もやし、にんじん こまつな、にら、だいこん こねぎ、しめじ	635 kcal 24.7 g
23月	★沖縄県給食★ シシジュシー	○	ゴーヤチャンプル ソーミン汁 パイナップル	豚肉、刻み昆布 たまご、木綿豆腐 かつお節、牛乳	米、そうめん、ごま油	にんじん、こねぎ、しょうが ゴーヤ、玉葱、もやし こまつな、パイナップル	620 kcal 26.5 g
24火	ご飯	○	ポーク&ガーリックシュリンプ フライドポテト 旬のとうもろこしスープ	えび、豚肉、豆乳、牛乳	米、じゃがいも とうもろこし	にんにく、ブロッコリー 玉葱、しめじ クリームコーン缶、パセリ	674 kcal 26.3 g
25水	冷やし中華	ジョア プレーン	ぺたんこ焼売 スティックすいか	豚肉、豚ひき肉 ジョア	中華めん、しゅうまいの皮 ごま油	トマト、もやし、きゅうり にんじん、しょうが にんにく、ねぎ、玉葱 干し椎茸、コーン、すいか	636 kcal 24.1 g
26木	★6月誕生日給食★ あじさいご飯	○	カレー肉じゃが めでたいみそ汁 メロンクリームソーダ風ゼリー	かまぼこ、豚肉 わかめ、鰯、牛乳 みそ、豆乳ホイップ	米、じゃがいも、焼きふ	えだまめ、にんじん、玉葱 さやいんげん、だいこん あしたば、ねぎ さくらんぼ、ゆかり	636 kcal 23.5 g
27金	★イタリア給食★ フォカッチャ	○	白身魚のアクアパッツァ ミートポテト	すずき、豚肉 豚ひき肉、牛乳	フォカッチャ、じゃがいも	にんにく、キャベツ ブロッコリー、パセリ アスパラガス、にんじん パプリカ、ミニトマト、玉葱	600 kcal 28.7 g
30月	麦ご飯	○	メンチカツ 千切りキャベツ なめことゆばのみそ汁	豚ひき肉、牛ひき肉 絹ごし豆腐、湯葉 牛乳、みそ	米、麦、パン粉	玉葱、にんじん、キャベツ 紫キャベツ、黄ピーマン レモン(果汁)、大根、ねぎ 切干しだいこん、なめこ	670 kcal 24.1 g

※食材料購入の都合により献立内容が変更されることがありますのでご了承ください。