



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
3 水	ねぎ塩牛カルビご飯 (レモン付き)	○	トックスープ 冷たい大学芋	牛肉、木綿豆腐、牛乳	米、トック、さつまいも 水あめ、ごま、ごま油	葉ねぎ、にんにく、ねぎ レモン(果汁)、こねぎ レモン、もやし、玉葱 干し椎茸、にんにく チンゲンサイ	649 kcal 15.4 g
4 木	焼きおにぎり風ご飯	○	手羽中の煮物 マカロニポテトサラダ きのこの旨味たっぷりみそ汁	鶏肉、豚肉、みそ 絹ごし豆腐、牛乳	米、マカロニ、じゃがいも ごま油	葉ねぎ、キャベツ、ねぎ きゅうり、ブロッコリー にんにく、コーン、玉葱 だいこん、こまつな、なめこ マッシュルーム	628 kcal 25.1 g
5 金	 ★誕生日給食★ チーズケーキパン	○	タコと玉ねぎのマリネ ポークビーンズ	クリームチーズ たまご、牛乳、たこ 大豆、豚肉	食パン、粉糖、じゃがいも	レモン(果汁)、玉葱 きゅうり、パプリカ ミニトマト、だいこん にんにく、にんにく パセリ	649 kcal 26.7 g
8 月	焼きビーフン	○	わかめサラダ ぶどうの食べ比べ	豚肉、牛肉、豚ひき肉 わかめ、鶏肉ささ身 牛乳	ビーフン、牛脂、ごま油	にんにく、玉葱、キャベツ パプリカ、たけのこ(水煮) もやし、にら、干し椎茸 にんにく、しょうが、コーン きゅうり、葡萄、マスカット	623 kcal 19.2 g
9 火	★重陽の節句給食★ 栗ときのこの炊き込みご飯	○	さんまの塩焼き 大根おろし&かぼす 菊の花入り豚汁	油揚げ、さんま、豚肉 牛乳、みそ	米、栗、さつまいも こんにゃく	にんにく、まいたけ しめじ、干し椎茸、かぼす ごぼう、だいこん かぼちゃ、ねぎ、きのこ	673 kcal 23.7 g
10 水	ざくざくカレーパン	ジョア いちご	シーザーサラダ ABCスープ	豚ひき肉、豚肉、大豆 ヨーグルト、粉チーズ ジョア	コッペパン、パン粉 じゃがいも、マカロニ クルトン	にんにく、しょうが、玉葱 コーン、人参、りんご グリーンピース、キャベツ きゅうり、ブロッコリー にんにく、さやいんげん ほうれんそう、パセリ	601 kcal 20.4 g
11 木	ご飯	○	ホイコーロー カリカリおこげスープ 冷凍マンゴー	豚肉、牛乳、みそ	米、ごま油、おこげ	にんにく、キャベツ、人参 ピーマン、はくさい 干し椎茸、玉葱、こまつな えのきたけ、マンゴー	655 kcal 21.3 g
12 金	発芽玄米ご飯	○	しょうがだれの豚しゃぶ 野菜チップスサラダ 切り干し大根のみそ汁	豚肉、あおさ、牛乳 みそ	米、発芽玄米、じゃがいも さつまいも、ごま油	にんにく、しょうが、ねぎ キャベツ、きゅうり、なす パプリカ、ブロッコリー かぼちゃ、人参、小松菜 れんこん、切り干しだいこん	674 kcal 21.0 g
16 火	★コラボ給食with宇都宮★ 餃子風あんかけ丼	○	かんぴょうのごま酢和え 船頭鍋	豚ひき肉、たまご さけ、木綿豆腐 油揚げ、かつお節 牛乳、みそ	米、すりごま、さといも うどん、ごま油	キャベツ、もやし、にら えのきたけ、しょうが にんにく、かんぴょう 人参、コーン、白菜、ねぎ ごぼう、大根、しいたけ	689 kcal 31.5 g
17 水	★韓国給食★ えびのロゼクリームパスタ (トッポギ入り)	○	チョレギサラダ チーズボール	牛乳、生クリーム えび、豚肉、のり フランクフルト 粉チーズ、チーズ	スパゲティ、ごま 白玉粉、粉糖、トッポギ ごま油、バター、小麦粉	にんにく、玉葱 ブロッコリー、しめじ きゅうり、みずな、ねぎ にんにく、キャベツ	660 kcal 25.9 g
18 木	ご飯	○	豚の角煮 豆腐とあおさのみそ汁	豚肉、絹ごし豆腐 あおさ、牛乳、みそ	米	だいこん、にんにく、ねぎ さやいんげん、こねぎ チンゲンサイ、えのきたけ ブロッコリースプラウト	635 kcal 21.9 g
19 金	カレーうどん	○	ジュレサラダ 冷凍みかん	豚肉、鶏肉、油揚げ なると、粉寒天、牛乳	うどん	玉葱、にんにく、こまつな こねぎ、ねぎ、キャベツ コーン、パプリカ、みかん ミニトマト、ヤングコーン きゅうり、えだまめ フルーツチャツネ	601 kcal 19.3 g
20 土	★ロシア給食★ ご飯	ぶどう ジュース	ピーフストロガノフ パリパリポテトサラダ ボルシチ	牛肉、牛乳 生クリーム、豚肉 サワークリーム	米、じゃがいも、バター 小麦粉	にんにく、玉葱 マッシュルーム、にんにく キャベツ、セロリ さやいんげん、トマト缶 ぶどうジュース、ピーツ缶	624 kcal 18.7 g
24 水	★兵庫県給食★ そばめし	○	播州手延べそうめんスープ 黒大豆入り黒糖蒸しパン	豚肉、あおのり かつお節、豆乳 黒豆、牛乳	米、中華めん、そうめん 黒砂糖、ごま油 ベーキングパウダー 小麦粉	ねぎ、にんにく、キャベツ かぼちゃ、はくさい こねぎ、玉葱	654 kcal 17.0 g
25 木	発芽玄米ご飯	○	えびフライ キャベツのおかか梅和え あさりのみそ汁	えび、かつお節 油揚げ、あさり、牛乳 みそ	米、発芽玄米、パン粉、ごま	キャベツ、だいこん きゅうり、こまつな にんにく、はくさい、ねぎ こねぎ、みつば、梅	605 kcal 28.6 g
26 金	チョコチップパン	○	タンドリーチキン (野菜のグリル添え) クリーミースープ	鶏肉、ヨーグルト 豆乳、牛乳	じゃがいも チョコチップパン クルトン	玉葱、にんにく ブロッコリー、パプリカ しめじ、にんにく ほうれんそう、キャベツ コーン、フルーツチャツネ	664 kcal 27.2 g
29 月	ご飯	○	とんかつ さっぱりレモンキャベツ トマト 鯛のみそ汁	豚ひれ、木綿豆腐 鯛、牛乳、みそ	米、パン粉、ごま油 ねりごま	キャベツ、にんにく きゅうり、レモン(果汁) にんにく、トマト だいこん、ゆず、干し椎茸 こまつな、切りみつば	625 kcal 29.7 g
30 火	★コラボ給食(ハワイ)★ フライドライス	○	フリフリチキン チキンロングライス	ウィンナー、たまご 鶏肉、牛乳	米、麦、はちみつ はるさめ(乾)、ごま油	玉葱、こまつな パイナップルジュース にんにく、しょうが にんにく、こねぎ	682 kcal 29.4 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。