



給食予定献立表



渋谷区立加計塚小学校



日 曜 日	主 食		献 立 名	血や骨になるもの	からだの調子を整える	体を動かす 力になるもの	1人分 kcal	たんぱく g
2 月	★保健・給食委員会給食★ ピリヤニ	ラッシー	タンドリーチキンカレー レンズ豆のトマトスープ	鶏肉 ヨーグルト レンズ豆 牛乳	バセリ 赤たまねぎ バクチー りんご トマトケチャップ にんにく しょうが 玉葱 にんじん キャベツ コーン さやいんげん トマト レモン (果汁) チャツネ	米 バター バスマティライス オリーブ油 薄力粉 はちみつ 砂糖	672	22.8
3 火	★ひな祭り給食★ うなぎのちらし寿司	○	茶碗蒸し 金目鯛のみそ汁 ひながし	さけ 油揚げ うなぎ のり たまご えび 鶏肉 かまぼこ 味噌 キンメダイ 牛乳	きぬさや にんじん しょうが かんぴょう コーン きゅうり れんこん みつば 干し椎茸 こまつな だいこん ねぎ ごねぎ はくさい	米 砂糖 ひながし	630	29.0
4 水	たらこガーリック フランスパン	○	クリームチーズシチュー ハウスメロン	たらこ 刻みのり 牛乳 鶏肉 チーズ	にんにく 玉葱 にんじん コーン しめじ バセリ ブロッコリー メロン	ソフトフランスパン バター オリーブ油 じゃがいも 薄力粉	629	27.5
5 木	★秋田県給食★ 発芽玄米ご飯 (ぼたっこ)	○	きりたんぼの煮物 マカロニかりんとう	鮭 鶏肉 さつま揚げ 牛乳	ごぼう にんじん 干し椎茸 れんこん きぬさや だいこん たけのこ	米 発芽玄米 オリーブ油 こんにゃく 砂糖 きりたんぼ マカロニ 黒砂糖	690	27.9
6 金	まぜそば	○	トッピング野菜炒め フルーツポンチ	豚肉 刻みのり 魚粉 豚ひき肉 牛乳	ねぎ こまつな しめじ 赤パプリカ ごねぎ メンマ キャベツ にんじん もやし 玉葱 にんにく みかん缶 パイナップル缶 黄桃缶 いちご バナナ	オリーブ油 ごま油 中華めん 砂糖 白玉団子 サイダー	639	26.1
9 月	ご飯	○	銀だらの西京焼き 抹茶ドレッシングサラダ 山菜の味噌汁 みかん	銀だら 味噌 絹ごし豆腐 油揚げ 牛乳	キャベツ きゅうり にんじん 水菜 かぶ パプリカ 抹茶 ごねぎ だいこん はくさい うわばみそう わらび ぜんまい 細竹 えのき みかん	米 砂糖	641	23.1
10 火	ばりばり餃子丼	○	ビーフンスープ バナナの食比べ (チョコ&黒糖きな粉)	豚ひき肉 鶏肉 わかめ きな粉 牛乳	にんにく しょうが キャベツ にら にんじん たけのこ ねぎ こまつな バナナ	米 オリーブ油 片栗粉 きょうざの皮 ごま油 ビーフン 黒砂糖 チョコレートシロップ	667	23.2
11 水	★セルフ給食★ コッペパン	ジョア マスカット	えびフライ チーズサラダ ABCコンソメスープ	えび チーズ 豚肉 ジョア	キャベツ にんじん きゅうり にんにく 玉葱 さやいんげん	コッペパン 薄力粉 パン粉 砂糖 エッグケアマヨネーズ オリーブ油 マカロニ	600	25.6
12 木	★3月誕生日給食★ 発芽玄米ご飯	○	国産和牛すき鍋 磯和え パフェ	牛肉 豆腐 のり ツナ 牛乳	はくさい にんじん しいたけ ねぎ えのき 水菜 こまつな 緑豆もやし バナナ いちご みかん缶	米 発芽玄米 上白糖 ざらめ糖 うどん ごま コーンフレーク チョコレートシロップ 豆乳ホイップ 詰	697	27.9
13 金	ヒレカツ カレーライス	○	さくら大根 冷凍りんご	鶏肉 豚肉 牛乳	にんにく しょうが 玉葱 にんじん トマト りんご さやいんげん だいこん 赤しそ チャツネ	米 オリーブ油 バター 薄力粉 はちみつ じゃがいも パン粉 砂糖	661	25.4
16 月	★タイ給食★ カオマンガイ	○	バクチーオニオンサラダ トムセープ 冷凍マンゴー	鶏肉 豚肉 牛乳	しょうが ねぎ にんにく 玉葱 きゅうり にんじん ミニトマト 赤たまねぎ レモン (果汁) バクチー ライム しめじ もやし マンゴー	米 砂糖 オリーブ油 ごま油	642	25.1
17 火	★セルフ給食★ いちごホイップサンド	○	春野菜と鯛のアクアパッツアスープ ポテトたらこバター	生クリーム 鯛 あさり アンチョビペースト 豚肉 たらこ 牛乳	いちご にんにく ミニトマト バセリ しめじ 菜の花 パプリカ キャベツ アスパラガス にんじん 玉葱	コッペパン オリーブ油 スバゲッティ じゃがいも バター チョコチップ	686	32.7
18 水	わかめご飯	コーヒー 牛乳	鶏のから揚げ コールスローサラダ みそ汁	わかめ 鶏肉 かつお節 味噌 コーヒー牛乳	しょうが にんにく キャベツ にんじん きゅうり ブロッコリー はくさい レモン (果汁) だいこん ごぼう ねぎ	米 片栗粉 オリーブ油 砂糖 エッグケアマヨネーズ じゃがいも	670	26.1
19 木	ご飯	ジョア プレーン	ハンバーグ&パスタ 野菜グリル (カレー) お祝いポトフ ブルーベリークレープ	豚ひき肉 ウインナー なんと ジョア	玉葱 にんじん コーン ブロッコリー しめじ ヤングコーン パプリカ にんにく キャベツ バセリ さやいんげん トマト	米 パン粉 スバゲッティ リボンマカロニ オリーブ油 さつまいも ごま油 ブルーベリークレープ	666	24.1

6年生最後の給食は、愛情たっぷりなお弁当になります。



19 木	<p>ご飯 (黒ごま・梅干し)</p>	<p>[ジョア] ・プレーン ・いちご ・マスカット ・ブルー ・ベリー</p>	<p>ハンバーグ&パスタ 野菜グリル (カレー) ブルーベリークレープ 金目鯛の西京焼き いちご オレンジ ウインナー</p>	<p>豚ひき肉 ウインナー ジョア 金目鯛 味噌 ウインナー なんと</p>	<p>玉葱 にんじん コーン トマト ブロッコリー しめじ ヤングコーン 赤パプリカ にんにく さやいんげん いちご オレンジ 梅干し バセリ</p>	<p>米 パン粉 スバゲッティ リボンマカロニ オリーブ油 さつまいも ごま油 ブルーベリークレープ 砂糖 ごま</p>
------	-------------------------	--	---	--	---	--

※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。

※:リンクエスト給食