

給食献立予定表

令和7年 5月

渋谷区立代々木山谷小学校

日 曜 日	こんだて			おもなざいりょう			えいようりょう ※ちゅうがくねん
	しゅしょく	のみもの	おかず	あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	
1 木				ちやにく、ほねになる	ねつちやからになる	からだのちょうしととのえる	エネルギー (kcal)
ナボリタン	ぎゅうにゅう	ツナサラダ まっちゃケーキ 八十八夜献立	ポンレスハム、こなチーズ、ぎゅうにゅう、ツナ、たまご	スパゲッティ、ひまわりあぶら、バター、さとう、はくりきこ、バター、あまなつとう	にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、レモンじる	589 21.1	
2 金	かつお君わかめちゃんご飯	ぎゅうにゅう	たけのこのすまし汁 よもぎもち 端午の節句献立	かつお、わかめ、ぎゅうにゅう、とうふ、かまぼこ、とうふ、きなこ	こめ、かたくりこ、はくりきこ、なたねサラダあぶら(揚)、さとう、しらまたまこ、じょうしづこ、さとう	しょうが、さやえんどう、しんたけのこ、にんじん、ながねぎ、こまつな、よもぎ	628 27.2
	ココアあげパン	ぎゅうにゅう	ミニストローネ じやがいもバターしょうゆに くだもの(カラマンダリン)	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ペーコン、レンズまめ	むえんパン、なたねサラダあぶら(揚)、さとう、さとう、ひまわりあぶら、シェルマカロニ、じやがいも、バター	にんにく、セロリ、たまねぎ、にんじん、トマト、かぶ、パセリ、カラマンダリン	599 22.0
8 木	ごはん	ぎゅうにゅう	さかなのこうみやき かふうまやし ジャージャンどうふ	ぎゅうにゅう、さけ、さけ、さけ、ぶたにく、なまあげ、あみそ	こめ、さとう、こまあぶら、しろいりごま、ひまわりあぶら、かたくりこ	しょうが、ながねぎ、りょくとうもやし、きゅうり、にんじん、にんにく、キャベツ	595 32.0
	グリンピースライス のハヤシライス	ぎゅうにゅう	カリカリじやこサラダ くだもの(メロン)	ぎゅうにゅう、ちりめんじやこ	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、じやがいも、バター、はくりきこ、さとう、こまあぶら、しろいりごま	グリンピース(生)、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、キャベツ、こまつな、メロン	648 23.4
12 月	カレーうどん	ぎゅうにゅう	こまつなとひじきのさらだ さつまいものフラワーチップス	ぶたにく、あぶらあげ、ぎゅうにゅう、ひじき、ツナ	うどん、ひまわりあぶら、かたくりこ、しろいりごま、さとう、こまあぶら、さつまいもの、なたねサラダあぶら(揚)、はちみつ	たまねぎ、にんじん、ながねぎ、こまつな、りょくとうもやし、えだまめ	576 24.1
	ごはん	ぎゅうにゅう	さわらのいそべあげ やさいのごまあえ にくじやが	ぎゅうにゅう、さわら、あおのり、ぶたにく	こめ、はくりきこ、なたねサラダあぶら(揚)、さとう、しろいりごま、ひまわりあぶら、じやがいも、いとこんにやく	キャベツ、にんじん、こまつな、しょうが、たまねぎ、さやいんげん	650 25.7
14 水	こうやどうふと たまごの そぼろごはん	ぎゅうにゅう	さなえじる くだもの(パイナップル)	とりひきにく、こうやどうふ、さまご、ぎゅうにゅう、とりにく、とうふ、あぶらあげ、しろみそ、あかみそ	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、さとう、じやがいも	にんじん、しいたけ、ながねぎ、たけのこ、ふき、わらび、パイナップル	629 30.7
	せきはん	ジョア	わふうハンバーグ おいわいじる やさいのみそドレanke	あずき、ショア、ぶたひきにく、とりにく、とうふ、あかみそ、なると、あぶらあげ、とうふ、わかめ、しろみそ	こめ、もちごめ、くろいりごま、パンこ、さとう、かたくりこ、ひまわりあぶら、こまあぶら	ながねぎ、にんじん、こまつな、キャベツ、きゅうり、りょくとうもやし	574 27.4
19 月	バエリア	ぎゅうにゅう	スペインふうオムレツ キャベツのクリームスープ くだもの(セミノール)	とりにく、ほたてがい、いか、あさり、ぎゅうにゅう、たまご、ペーコン、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、オリーブオイル、じやがいも、ひまわりあぶら、バター、はくりきこ	にんにく、たまねぎ、マッシュルーム、あかビーマン、ピーマン、トマト、パセリ、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな、セミノール	615 27.2
	けいちゃんらいす 岐阜県の料理	ぎゅうにゅう	すったてじる くだもの(メロン)	とりにく、あかみそ、ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ、だいす、しろみそ	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、かたくりこ、じやがいも	しょうが、にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、ごぼう、だいこん、ながねぎ、こまつな、メロン	600 29.6
21 水	きなことうにゅうトースト	ぎゅうにゅう	ハンガリアンシチュー アスパラサラダ	きなこ、とうにゅう、ぎゅうにゅう、とりにく、ひよこまめ、こなチーズ	むえんしょくパン、さとう、ひまわりあぶら、じゃがいも、パンこ	ながねぎ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、アスパラガス、とうもろこし、りんご	583 24.7
	むぎごはん	ぎゅうにゅう	しーはーどうふ かんてんサラダ	ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、とうふ、いとかんてん	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、さとう、かたくりこ、こまあぶら	にんにく、しょうが、にんじん、たけのこ、しいたけ、トマト、ながねぎ、ピーマン、キャベツ、きゅうり、たまねぎ	572 25.1
23 金	ねぎしおぶたどん	ぎゅうにゅう	わかめとたまごのスープ カルビスゼリー	ぶたにく、ぎゅうにゅう、とりにく、たまご、わかめ、にゅうさんきんいんりょう	こめ、ひまわりあぶら、かたくりこ、しろいりごま、こまあぶら、さとう	ながねぎ、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、りょくとうもやし、にら、レモンじる、えのきだけ、みかんかん	630 22.0
	ごもくあんかけ やきそば	ぎゅうにゅう	あおのりポテトびーんず フルーツとうにゅうかん	ぶたにく、いか、えび、あさり、ぎゅうにゅう、う、だいす、あおのり、とうにゅう	むしちゅううかめん、ひまわりあぶら、かたくりこ、こまあぶら、じゃがいも、なたねサラダあぶら(揚)、さとう	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、たけのこ、きくらげ、はくさい、りょくとうもやし、チキンゲンサイ、パインかん、りんごかん、みかんかん	613 26.4
28 水	ごはん	ぎゅうにゅう	さかなのステーキソースやき とんじる きりぼしだいこんのいたために	ぎゅうにゅう、たい、ぶたにく、あぶらあげ、あかみそ、しろみそ、さつまあげ	こめ、さとう、こまあぶら、こんにゃく、じやがいも、ひまわりあぶら	たまねぎ、しょうが、にんじん、ごぼう、だいこん、ながねぎ、きりぼしだいこん、さやいんげん	603 31.4
	かつおぶりかけごはん	ぎゅうにゅう	とりにくとこんにゃくのみそに いそあえ くだもの(かわちばんかん)	こなかつお、ちりめんじやこ、ぎゅうにゅう、とうふ、あかみそ、きざみのり	こめ、さとう、しろいりごま、ひまわりあぶら、こんにゃく、じやがいも	しょうが、ごぼう、にんじん、だいこん、しいたけ、ながねぎ、さやえんどう、りょくとうもやし、こまつな、とうもろこし、かわちばんかん	581 26.6
30 金	キムチチャーハン	ぎゅうにゅう	はるさめスープ ししゃものフライ	ぶたにく、ぎゅうにゅう、とうふ、ししゃも	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、しろいりごま、はるさめ、はくさく、パンこ、なたねサラダあぶら(揚)	にんじん、キムチ、ピーマン、たけのこ、しいたけ、ながねぎ、こまつな、しょうが	560 22.8
	※栄養量は中学年のものです。低学年の栄養量は中学年の栄養量の15~20%減、高学年の栄養量は中学年の栄養量の15~20%増です。 食材の都合により、献立の内容が変更されることがあります。あらかじめ、御了承願います。					へいきん	603 26.1
こんだて紹介＊＊					5月の予定♪		
20日 けいちゃんライス・すったて汁					13日 2年生給食なし(遠足)	16日 開校記念日(お休み)	26日 体育の日振替休業日
…岐阜県の郷土料理です。「けいちゃんライス」は、鶏肉と野菜に特製のタレをからめて炒めた料理です。「すったて汁」は、茹でた大豆をすりつぶした「すったて」に、みそやしょうゆなどを加えた汁物で、世界遺産・白川村で祝い事などの日に食べられている郷土料理です。					30日 1年生給食なし(遠足)	きじゅんりょう	
					14日 3年生給食なし(遠足)	19日 4年生給食なし(遠足)	27日 5年生給食なし(遠足)
					20日 5年生給食なし(遠足)	24日 6年生給食なし(遠足)	31日 7年生給食なし(遠足)
					21日 6年生給食なし(遠足)	25日 7年生給食なし(遠足)	1日 8年生給食なし(遠足)
					22日 7年生給食なし(遠足)	26日 8年生給食なし(遠足)	2日 9年生給食なし(遠足)
					23日 8年生給食なし(遠足)	27日 9年生給食なし(遠足)	3日 10年生給食なし(遠足)
					24日 9年生給食なし(遠足)	28日 10年生給食なし(遠足)	4日 11年生給食なし(遠足)
					25日 10年生給食なし(遠足)	29日 11年生給食なし(遠足)	5日 12年生給食なし(遠足)
					26日 11年生給食なし(遠足)	30日 12年生給食なし(遠足)	6日 13年生給食なし(遠足)
					27日 12年生給食なし(遠足)	1日 13年生給食なし(遠足)	7日 14年生給食なし(遠足)
					28日 13年生給食なし(遠足)	2日 14年生給食なし(遠足)	8日 15年生給食なし(遠足)
					29日 14年生給食なし(遠足)	3日 15年生給食なし(遠足)	9日 16年生給食なし(遠足)
					30日 15年生給食なし(遠足)	4日 16年生給食なし(遠足)	10日 17年生給食なし(遠足)
					1日 16年生給食なし(遠足)	5日 17年生給食なし(遠足)	11日 18年生給食なし(遠足)
					2日 17年生給食なし(遠足)	6日 18年生給食なし(遠足)	12日 19年生給食なし(遠足)
					3日 18年生給食なし(遠足)	7日 19年生給食なし(遠足)	13日 20年生給食なし(遠足)
					4日 19年生給食なし(遠足)	8日 20年生給食なし(遠足)	14日 21年生給食なし(遠足)
					5日 20年生給食なし(遠足)	9日 21年生給食なし(遠足)	15日 22年生給食なし(遠足)
					6日 21年生給食なし(遠足)	10日 22年生給食なし(遠足)	16日 23年生給食なし(遠足)
					7日 22年生給食なし(遠足)	11日 23年生給食なし(遠足)	17日 24年生給食なし(遠足)
					8日 23年生給食なし(遠足)	12日 24年生給食なし(遠足)	18日 25年生給食なし(遠足)
					9日 24年生給食なし(遠足)	13日 25年生給食なし(遠足)	19日 26年生給食なし(遠足)
					10日 25年生給食なし(遠足)	14日 26年生給食なし(遠足)	20日 27年生給食なし(遠足)
					11日 26年生給食なし(遠足)	15日 27年生給食なし(遠足)	21日 28年生給食なし(遠足)
					12日 27年生給食なし(遠足)	16日 28年生給食なし(遠足)	22日 29年生給食なし(遠足)
					13日 28年生給食なし(遠足)	17日 29年生給食なし(遠足)	23日 30年生給食なし(遠足)
					14日 29年生給食なし(遠足)	18日 30年生給食なし(遠足)	24日 31年生給食なし(遠足)
					15日 30年生給食なし(遠足)	19日 31年生給食なし(遠足)	25日 32年生給食なし(遠足)
					16日 31年生給食なし(遠足)	20日 32年生給食なし(遠足)	26日 33年生給食なし(遠足)
					17日 32年生給食なし(遠足)	21日 33年生給食なし(遠足)	27日 34年生給食なし(遠足)
					18日 33年生給食なし(遠足)	22日 34年生給食なし(遠足)	28日 35年生給食なし(遠足)
					19日 34年生給食なし(遠足)	23日 35年生給食なし(遠足)	29日 36年生給食なし(遠足)
					20日 35年生給食なし(遠足)	24日 36年生給食なし(遠足)	30日 37年生給食なし(遠足)
					21日 36年生給食なし(遠足)	25日 37年生給食なし(遠足)	1日 38年生給食なし(遠足)
					22日 37年生給食なし(遠足)	26日 38年生給食なし(遠足)	2日 39年生給食なし(遠足)
					23日 38年生給食なし(遠足)	27日 39年生給食なし(遠足)	3日 40年生給食なし(遠足)
					24日 39年生給食なし(遠足)	28日 40年生給食なし(遠足)	4日 41年生給食なし(遠足)
					25日 40年生給食なし(遠足)	29日 41年生給食なし(遠足)	5日 42年生給食なし(遠足)
					26日 41年生給食なし(遠足)	30日 42年生給食なし(遠足)	6日 43年生給食なし(遠足)
					27日 42年生給食なし(遠足)	1日 43年生給食なし(遠足)	7日 44年生給食なし(遠足)
					28日 43年生給食なし(遠足)	2日 44年生給食なし(遠足)	8日 45年生給食なし(遠足)
					29日 44年生給食なし(遠足)	3日 45年生給食なし(遠足)	9日 46年生給食なし(遠足)
					30日 45年生給食なし(遠足)	4日 46年生給食なし(遠足)	10日 47年生給食なし(遠足)
					1日 46年生給食なし(遠足)	5日 47年生給食なし(遠足)	11日 48年生給食なし(遠足)
					2日 47年生給食なし(遠足)	6日 48年生給食なし(遠足)	12日 49年生給食なし(遠足)
					3日 48年生給食なし(遠足)	7日 49年生給食なし(遠足)	13日 50年生給食なし(遠足)
					4日 49年生給食なし(遠足)	8日 50年生給食なし(遠足)	14日 51年生給食なし(遠足)
					5日 50年生給食なし(遠足)	9日 51年生給食なし(遠足)	15日 52年生給食なし(遠足)
					6日 51年生給食なし(遠足)	10日 52年生給食なし(遠足)	16日 53年生給食なし(遠足)
					7日 52年生給食なし(遠足)	11日 53年生給食なし(遠足)	17日 54年生給食なし(遠足)
					8日 53年生給食なし(遠足)	12日 54年生給食なし(遠足)	18日 55年生給食なし(遠足)
					9日 54年生給食なし(遠足)	13日 55年生給食なし(遠足)	19日 56年生給食なし(遠足)
					10日 55年生給食なし(遠足)	14日 56年生給食なし(遠足)	20日 57年生給食なし(遠足)
					11日 56年生給食なし(遠足)	15日 57年生給食なし(遠足)	21日 58年生給食なし(遠足)
					12日 57年生給食なし(遠足)	16日 58年生給食なし(遠足)	22日 59年生給食なし(遠足)
					13日 58年生給食なし(遠足)	17日 59年生給食なし(遠足)	23日 60年生給食なし(遠足)
					14日 59年生給食なし(遠足)	18日 60年生給食なし(遠足)	24日 61年生給食なし(遠足)
					15日 60年生給食なし(遠足)	19日 61年生給食なし(遠足)	25日 62年生給食なし(遠足)
					16日 61年生給食なし(遠足)	20日 62年生給食なし(遠足)	26日 63年生給食なし(遠足)
					17日		