



日	曜日	牛乳	献立	あか	きいろ	みどり	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
				血や肉に なる食品	熱や力の元 になる食品	体の調子を 整える食品	
2	水		フライドライス フリフリチキン サイミン風スープ マリンブルーゼリー コラボ給食:ハワイ料理	牛乳 ウィンナー たまご 鶏肉 なんと	米 砂糖 はちみつ	玉葱 こまつな パインジュース にんにく しょうが にんじん もやし 白菜 ねぎ	685 25.7
3	木		栗おこわ こしね汁 カリカリじゃこサラダ	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ ちりめんじゃこ	米 日本ぐり じゃがいも こんにゃく 油 三温糖 もち米	にんじん ぶなしめじ ごぼう だいこん 干し椎茸 ねぎ キャベツ こまつな きゅうり 玉葱	604 25.5
4	金		五目焼きそば いももち 秋のフルーツカクテル	牛乳 豚肉 いか えび 白ちくわ うす ら卵(水煮)	中華めん じゃがいも でんぷん 油 三温糖	玉葱 にんじん キャベツ たけのこ(水煮) きくら げ(乾) こまつな 西洋なし缶 りんご缶 ぶどう缶	615 28.3
7	月		手作りピザまん カレースープ煮 梨	牛乳 ベーコン シュレッドチーズ 鶏肉	薄力粉 三温糖 じゃがいも マカロニ	にんにく 玉葱 トマト缶詰(ホール) にんじん キャベツ もやし こまつな 日本なし	585 22.2
8	火		スタミナガーリックライス かきたま汁 さつまいもドーナツ	牛乳 牛肉 鶏肉 カットわかめ 絹ごし 豆腐 たまご おから 牛乳	米 三温糖 でんぷん さつまいも 薄力粉 有塩バター	にんにく まいたけ ねぎ 玉葱 にんじん こまつ な	691 25.5
16	水		2色サンド ビーフシチュー グリーンサラダ シャインマスカット	牛乳 クリームチーズ 牛肉	食パン 黒砂糖食パン じゃがいも 有塩バ ター 薄力粉 三温糖	いちごジャム 玉葱 にんにく しょうが セロリー にんじん まいたけ キャベツ ブロッコリー ぶどう	689 26.1
17	木		どろろけめし 大山どりの照り焼き 蒸し野菜 みそ汁 郷土料理:鳥取県	牛乳 木綿豆腐 油揚げ 鶏肉 煮干し カットわかめ 赤みそ 白みそ	米 つきこんにゃく 三温糖	にんじん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ キャベツ だ いこん ねぎ	615 28.6
18	金		鮭ごはん 刻み昆布の五目煮 吉野汁 りんごゼリー 10月お誕生日給食	牛乳 しろさけ 刻み昆布 油揚げ 鶏肉 絹ごし豆腐 アガー	米 大麦 白いりごま じゃがいも 三温糖 でんぷん 砂糖	にんじん ごぼう 干し椎茸 こまつな りんご ジュース りんご缶	620 27.1
21	月		チーズパン カリーブルスト ジャーマンポテト きのこのクリームスープ	牛乳 ウィンナー ベーコン 鶏肉 牛乳	チーズパン オリーブ油 じゃがいも 有塩バ ター 薄力粉	にんにく 玉葱 パセリ にんじん ぶなしめじ マッシュルーム こまつな	658 26.5
22	火		サンマのかば焼き丼 野菜の梅おかか味 里芋のみそ汁 みかん	牛乳 さんま かつお糸削り カットわかめ 赤みそ 白みそ	米 大麦 でんぷん 薄力粉 油 三温糖 さ といも	しょうが キャベツ こまつな にんじん 練り梅 ねぎ 温州蜜柑	661 22.4
23	水		麻婆豆腐丼 中華サラダ 手作り杏仁豆腐	牛乳 豚肉 赤みそ 絹ごし豆腐 ロース ハム 粉寒天 無糖練乳 牛乳	米 大麦 三温糖 でんぷん 砂糖	にんにく しょうが たけのこ(水煮缶詰) にんじん ねぎ キャベツ だいこん パイン缶 もも缶 みか ん缶 ナタデココ	656 25.5
24	木		ごはん 豚のヒレカツ みそ汁 キャベツとパプリカのサラダ	牛乳 豚肉 カットわかめ 赤みそ 白み そ	米 薄力粉 強力粉 パン粉 生パン粉 三温 糖 じゃがいも	キャベツ 赤パプリカ ホールコーン にんじん 玉 葱	625 28.7
25	金		バターチキンカレー サブジ コールスロー ワンダフル給食	ジョア 鶏肉 ヨーグルト 生クリーム 牛肉 豚肉	米 有塩バター じゃがいも 三温糖	にんにく しょうが 玉葱 グリンピース キャベツ きゅうり にんじん 赤たまねぎ	743 27.8
28	月		セルフアップルチーズバーガー ポテト入りフレンチサラダ 柿	牛乳 豚肉 牛肉 調理用牛乳 たまご チーズ	セサミパン 生パン粉 じゃがいも 三温糖	玉葱 りんご キャベツ きゅうり ホールコーン にんじん かき	630 28.5
29	火		ごはん 魚の西京焼き れんこんのきんぴら 青菜と湯葉のすまし汁 フローズンヨーグルト	牛乳 さわら 白みそ 湯葉 加糖ヨー グルト	米 大麦 三温糖 白いりごま	しょうが れんこん にんじん 玉葱 ぶなしめじ ほうれんそう	616 29.6
30	水		和風きのこスパゲティ さばだれサラダ 大学いも	牛乳 鶏肉 カットわかめ さば(水煮缶 詰)	スパゲティ 有塩バター 三温糖 白すりごま 白いりごま さつまいも 油 水あめ 黒いり ごま	にんにく セロリー 玉葱 にんじん ぶなしめじ えのきたけ まいたけ ピーマン キャベツ きゅう り ホールコーン こねぎ	679 25.0
31	木		トマトリゾット 魔女のシチュー かぼちゃケーキ	牛乳 ベーコン まぐろ缶詰 粉チーズ 鶏肉 牛乳 おから	オリーブ油 米 有塩バター 薄力粉 三温糖 ミルクチョコレート	にんにく 玉葱 にんじん ぶなしめじ トマト缶詰 (ホール) かぶ ブロッコリー 黄パプリカ かぶ (葉) 西洋かぼちゃ	652 26.4

*学校行事や食材購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

*エネルギーとたんぱく質は3・4年生の栄養価です。1・2年生は×0.8、5・6年生は×1.2の栄養価です。

2日 コラボ給食：ハワイ料理

令和6年5月31日に渋谷区とアメリカ合衆国ハワイ州ホノルル市は姉妹都市協定を結びました。
これを記念して、ハワイ州観光局監修献立として学校給食にコラボメニューが登場します。
今年度はこのほかにも渋谷区と縁のあるペルー共和国、クロアチアなどの特別給食が登場予定です。

