

# 2024年度 5月 帝塚山学院小学校 予定献立表

給食場	1・6年生	1・6年生	3日~6日	3・5年生	3・5年生	3・5年生	3・5年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生
日・曜	1日(水)	2日(木)	3日~6日	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
献立名	ごはん 鮭のごまマヨネーズ焼き 小松菜とコーンのソテー 豚汁	ひじきの混ぜご飯 明石焼き風卵焼き 筑前の豚バラ煮 揚げとほうれん草のみそ汁 柏餅(福寿堂秀信)	GW 	NEG丸ロール60g じゃがいものグラタン ブロッコリーとツナのあっさりサラダ 白菜とえのきのスープ 牛乳	天分果 トリニータ丼 キャベツのごま和え じゃがいもと揚げのみそ汁 バナナ	春の遠足 (お弁当の日) 	ごはん <small>豚肉ときのこのオイスターソース炒め 小松菜とあげのおひたし 豚ミンチと野菜の中華スープ</small>	ごはん 豚肉じゃが 糸コン入りじゃこピーマン 白菜と切干大根のみそ汁 オレンジ	チャーハン 冷しゃぶサラダ 中華コンスープ	ごはん 赤魚の煮つけ ちくわの磯辺揚げ 五目みそ汁 ヨーグルト(コアアリンこ)	お弁当の日 (遠足予備日) 	春野菜カレー キャベツのさっぱりレモンサラダ 牛乳
材料名および使用量(g)	精白米 67 黄 * サーマン 5.0 赤 酒 0.5 * すりごま 9 黄 * マヨネーズ 9 黄 酒 2 濃口しょうゆ 1.75 にんにく 0.2 レモン(果汁) 4 だし昆布 0.05 かつお節 0.16 水 10 砂糖 1 こしょう 0.02 万能ねぎ 0.5 ごまつな 28 * 緑豆もやし 12 にんじん 6 コーン・冷凍 3.5 しめじ 12 サラダ油 0.5 塩 0.1 こしょう 0.02 濃口しょうゆ 1.3 豚ばら 12 里芋(冷凍) 10 大根 12 * 油あげ 3 にんじん 6 ささがきごぼう 3 だし昆布 0.42 かつお節 0.84 みそ 10	精白米 67 黄 ひじき 1 赤 * 白ごま 2 サラダ油 0.24 みりん 0.4 濃口しょうゆ 0.8 * 卵液 40 おろししょうが 0.05 * 天かす 3 万能ねぎ 1 かまぼこ 10 クリームコーン 2 塩 0.2 だしの素 0.2 水 20 塩 0.02 * コーンスターチ 2 豚バラ 40 こんにやく 20 洗いごぼう 30 にんじん 10 れんこん 26 * グリンピース(冷凍) 1.5 サラダ油 4 水 22 砂糖 5 みりん 3.5 酒 5 濃口しょうゆ 6 だし昆布 0.1 かつお節 0.35 だしの素 0.75 * 油あげ 3 ほうれん草・冷凍 8 かつお節 0.84 だし昆布 0.42 だしの素 1.4 みそ 10 * 柏餅 1	GW 	* ロールパン 1 鶏ひき肉 38 玉ねぎ 20 * じゃがいも 35 マッシュルーム 20 * 牛乳1L 30 * ホワイトソース 15 * クリームシチュー 5 パイオン 0.2 水 50 * パセリ・乾 0.01 サラダ油 0.5 ブロッコリー 30 * ツナ缶 7 にんじん 5 コーン・冷凍 3 青じそ(大葉) 0.08 味ポン 5 サラダ油 0.3 白菜 13.5 えのきたけ 15 万能ねぎ 0.7 パイオン 2.5 薄口しょうゆ 1 塩 0.1 こしょう 0.02 白ワイン 1.35 * 牛乳 1本	精白米 75 黄 鶏ももこまぎれ 75 にんにく 0.25 おろししょうが 1 にら 10 刻みのり 0.8 塩 0.3 こしょう 0.02 酒 1 コーンスターチ 3 * 小麦粉 3 サラダ油 5 砂糖 2.2 濃口しょうゆ 4.5 みりん 1.5 * コーンスターチ 0.5 ごま油 1 コチュジャン 0.1 水 20 キャベツ 28 きゅうり 8 にんじん 5 薄口しょうゆ 1.5 だしの素 0.7 * 油あげ 3 玉ねぎ 12 だし昆布 0.42 かつお節 0.84 だしの素 1.4 みそ 10 * バナナ 1/2本	春の遠足 (お弁当の日) 	精白米 67 黄 豚肉 75 濃口しょうゆ 0.6 酒 1 * コーンスターチ 0.7 しめじ 30 しいたけ 10 長ネギ 8 おろししょうが 0.4 * オイスターソース 7.6 酒 0.25 砂糖 1.2 濃口しょうゆ 1.2 サラダ油 0.5 チンゲンサイ 20 ごまつな 32.84 * 油あげ 3 にんじん 8.89 薄口しょうゆ 1.6 みりん 1.6 砂糖 0.8 水 35 だし昆布 0.18 かつお節 0.56 豚ミンチ 8 玉ねぎ 10 カットわかめ 0.5 キャベツ 20 薄口しょうゆ 0.8 塩 0.5 こしょう 0.02 鶏ガラスープの素 2.5 * コーンスターチ 3 ごま油 0.1	精白米 67 黄 豚肉 60 酒 0.8 * じゃがいも 30 にんじん 15 玉ねぎ 20 糸こんにやく 12 なたね油 0.5 砂糖 1.9 みりん 0.5 塩 0.1 濃口しょうゆ 3.6 薄口しょうゆ 3.6 だし昆布 0.4 かつお節 0.06 * グリンピース(冷凍) 1.5 糸こんにやく 20 ピーマン 35 ちりめんじゃこ 8 ごま油 0.8 砂糖 0.9 濃口しょうゆ 1.2 みりん 1.2 白菜 20 切干大根 2 カットわかめ 1 だし昆布 0.42 かつお節 0.84 だしの素 1.4 みそ 10 * オレンジ 1/4こ	サラダ油 1 黄 にんにく 0.25 おろししょうが 0.15 鶏ももこまぎれ 0.3 酒 30 濃口しょうゆ 1.2 塩 0.4 こしょう 0.03 鶏ガラスープの素 1 万能ねぎ 2 にんじん 10 青のり 0.3 玉ねぎ 15 * じゃがいも 12 * 天ぷら粉 6 青のり 0.3 サラダ油 5 * しょうが 1 * 突きこんにやく 5 にんじん 10 切干大根 4 玉ねぎ 10 豚バラ 50 みそ 5 みりん 3 砂糖 1.6 濃口しょうゆ 4 ごま油 1.4 * 練りごま 3 えのきたけ 5 玉ねぎ 12 しいたけ 6 クリームコーン 20 コーン・冷凍 3 鶏ガラスープの素 2 酒 5 塩 0.5 こしょう 0.02	精白米 67 黄 * 赤魚 1切 土生姜 1.2 酒 9 砂糖 1 みりん 1.7 濃口しょうゆ 1.25 ほうれん草・冷凍 17 * ちくわ 2/3本 * 天ぷら粉 6 青のり 0.3 サラダ油 5 * しょうが 1 * 突きこんにやく 5 にんじん 10 切干大根 4 玉ねぎ 10 豚バラ 50 みそ 5 みりん 3 砂糖 1.6 濃口しょうゆ 4 ごま油 1.4 * 練りごま 3 えのきたけ 5 玉ねぎ 12 しいたけ 6 クリームコーン 20 コーン・冷凍 3 鶏ガラスープの素 2 酒 5 塩 0.5 こしょう 0.02	春の遠足 (お弁当の日) 	精白米 68 黄 豚ミンチ 55 赤 * じゃがいも 27 黄 土生姜 25 黄 玉ねぎ 15 黄 アスパラガス 25 黄 砂糖 1 黄 にんじん 10 黄 ささがきごぼう 4 黄 ケチャップ 5 黄 ホールトマト 8 黄 にんにく 0.1 黄 サラダ油 0.5 黄 塩 0.1 * カレールウ 12 黄 水 85 黄 * しょうが 1 黄 キャベツ 25 黄 きゅうり 15 黄 にんじん 8 黄 ブロッコリー 10 黄 オリーブ油 2.8CC 黄 塩 0.2 黄 レモン(果汁) 1.8CC 黄 砂糖 0.25 黄 こしょう 0.02 黄 * 牛乳 1本 赤
エネルギー	568kcal	702kcal		505kcal	690kcal		510kcal	517kcal	619kcal	522kcal		609kcal
学年	中学年											

かしわもち

5月5日  
こどもの日の行事食です。

かしわの葉に、代々続く願いをこめています。

赤:赤色の食品...体をつくるもとになるもの

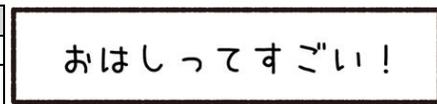
黄:黄色の食品...熱や力になるもの

緑:緑色の食品...体の調子をととのえるもの

\*:アレルギーを含む食材

＜旬＞じゃがいも、玉ねぎ、アスパラガス、ごぼう

給食場	1・6年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生	24日(金)	27日(月)	3・5年生	3・5年生	3・5年生	3・5年生
日・曜	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)			28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
献立名	親子丼 白菜漬け かぼちゃとこんにやくのみそ汁	ごはん カレイの塩焼き フライドポテト ほうれん草のおひたし 豆腐とわかめのみそ汁 りんご	ごはん 豚肉とれんこんの炒め物 じゃがそばろ もやしとわかめのスープ プロセスチーズ	ハヤシライス ブロッコリーとハムのボンマヨサラダ 牛乳	私小運研修	薬習休日	NEG丸ロール60g クリームシチュー マリネサラダ 牛乳	焼きうどん ひじきの煮物 揚げともやしのみそ汁 ヨーグルト(コアアいちご)	ごはん サバのおろし添え 筑前煮 沢煮椀	ごはん 鶏のから揚げ れんこんの炒めなます じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 フルーツポンチ
材料名および使用量(g)	精白米 75 黄	精白米 67 黄	精白米 67 黄	精白米 70 黄			* ロールパン 1こ 黄	豚バラ 40 赤	精白米 67 黄	精白米 67 黄
	鶏ももこまぎれ 75 赤	* カレイ60g 1切 赤	豚バラ 55 赤	豚バラ 45 赤			鶏ももこまぎれ 40 赤	サラダ油 2 黄	* さば 1切 赤	鶏もも肉 75 赤
	酒 0.7 赤	塩 0.5 赤	オリーブ油 1.8 黄	玉ねぎ 40 緑			* じゃがいも 30 黄	キャベツ 30 緑	塩 0.8 赤	酒 2.76 黄
	かまぼこ 5 赤	酒 3 赤	玉ねぎ 20 緑	れんこん 25 緑			にんじん 20 緑	玉ねぎ 15 緑	だいこん(おろし) 40 緑	おろししょうが 0.3 赤
	玉ねぎ 35 緑	* フライドポテト 70 黄	れんこん薄切り 15 緑	マッシュルーム 10 緑			玉ねぎ 30 緑	にんじん 10 緑	味噌 5 黄	にんにく 0.34 緑
	にんじん 6 緑	青のり 0.03 赤	チンゲンサイ 20 緑	ブイヨン 3.3 緑			しめじ 2 緑	* うどん(ゆで) 135 黄	鶏ももこまぎれ 40 赤	濃口しょうゆ 5.58 黄
	エリンギ 2 緑	塩 0.25 赤	にんじん 10 緑	* ハヤシルウ 10 緑			* グリンピース(冷凍) 1.25 緑	濃口しょうゆ 5 黄	こんにやく 30 黄	* 小麦粉 3.24 黄
	* 油あげ 2 赤	サラダ油 5 黄	エリンギ 5 緑	* ピーフンチュールウ 10 緑			サラダ油 0.5 黄	みりん 5 黄	洗いごぼう 15 緑	* コーンスターチ 3.24 黄
	* 三つ葉 2 赤	ほうれん草・冷凍 35 緑	万能ねぎ 0.6 緑	* 赤ワイン 3 黄			塩 0.1 赤	だしの素 2 黄	にんじん 15 緑	濃口しょうゆ 0.06 黄
	* 卵液 30 赤	にんじん 10 緑	にんにく 0.2 緑	砂糖 1 黄			こしょう 0.02 赤	薄口しょうゆ 0.5 赤	れんこん 26 緑	こしょう 0.02 黄
	水 8 赤	薄口しょうゆ 1.6 赤	オリーブ油 1.8 黄	* グリンピース(冷凍) 0.9 緑			* クリームシチューのルー 19 赤	かつお節 0.5 赤	* グリンピース(冷凍) 1.5 黄	なたね油 5 黄
	だし昆布 0.04 赤	みりん 1.6 赤	* オイスターソース 8 黄	水 110 赤			* 牛乳 30 赤	ひじき 2.5 赤	サラダ油 4 黄	れんこん薄切り 15 緑
	かつお節 0.1 赤	砂糖 0.8 黄	濃口しょうゆ 8 黄	ブロッコリー 30 緑			ブイヨン 1 赤	にんじん 10 緑	水 22 黄	にんじん 6.5 緑
	薄口しょうゆ 2.4 赤	水 35 赤	だしの素 0.3 赤	にんじん 6 緑			ブロッコリー 15 緑	* 大豆(水煮) 5 赤	砂糖 5 黄	しいたけ 3 赤
	濃口しょうゆ 2.4 赤	だし昆布 0.18 赤	豚ミンチ 10 赤	* ハム 6 赤			レタス 12 緑	* ちくわ 4 赤	みりん 3.5 黄	* 油あげ 3 赤
	砂糖 5.5 黄	かつお節 0.56 赤	* 豆プラス 4 黄	味噌 3 黄			赤パブリカ・冷凍 5 緑	突きこんにやく 4 黄	酒 5 黄	* えだまめ・冷凍 4 緑
	みりん 0.4 赤	* 豆腐 15 赤	にんじん 15 緑	* マヨネーズ 2.8 黄			黄パブリカ・冷凍 5 緑	だし昆布 0.2 赤	濃口しょうゆ 6 黄	穀物酢 3.5 黄
	塩 0.3 赤	カットわかめ 0.7 赤	* じゃがいも 40 黄	ごま油 1.3 黄			練りマスタード 1.5 黄	かつお節 0.64 赤	だし昆布 0.1 赤	濃口しょうゆ 0.2 赤
	コーンスターチ 1.6 黄	水 140 赤	* さやいんげん 2.5 緑	砂糖 0.9 黄			穀物酢 2.5 黄	酒 13.8 赤	かつお節 0.35 赤	だしの素 0.5 黄
	白菜 35 緑	みそ 10 赤	サラダ油 1 黄	塩 0.2 赤			レモン(果汁) 1.5 黄	砂糖 5.9 黄	豚肉 20 赤	砂糖 0.5 黄
にんじん 5 緑	だし昆布 0.65 赤	砂糖 1.7 黄	こしょう 0.02 赤			サラダ油 5 黄	薄口しょうゆ 12 黄	* 緑豆もやし 20 緑	ごま油 0.5 黄	
水 11.7 赤	かつお節 2.08 赤	濃口しょうゆ 2.8 黄	* 牛乳 1本 赤			塩 0.2 赤	サラダ油 1.4 黄	にんじん 10 緑	* じゃがいも 12 黄	
だしの素 0.1 赤	* りんご 1/6こ 緑	コーンスターチ 2.5 黄				* 牛乳 1本 赤	* グリンピース(冷凍) 0.9 緑	大根 15 緑	玉ねぎ 12 緑	
水 5.8 赤		* 緑豆もやし 4 緑					* 油あげ 3 赤	万能ねぎ 0.5 緑	キャベツ 15 緑	
穀物酢 1.7600 赤		えのきたけ 12 緑					* 緑豆もやし 20 緑	水 140 赤	カットわかめ 0.5 赤	
塩昆布 0.3 赤		カットわかめ 1 赤					だし昆布 0.42 赤	だし昆布 0.65 赤	だし昆布 0.42 赤	
砂糖 0.5 黄		鶏ガラスープの素 2.5 黄					かつお節 0.84 赤	かつお節 2.08 赤	かつお節 0.84 赤	
唐辛子(一味) 0.01 赤		濃口しょうゆ 1 赤					だしの素 1.4 赤	塩 0.7 赤	だしの素 1.4 赤	
かぼちゃ 20 緑		こしょう 1 黄					みそ 10 赤	薄口しょうゆ 1 赤	みそ 10 赤	
突きこんにやく 8 赤		サラダ油 0.5 黄					* いちごヨーグルト 1こ 赤	酒 0.8 赤	* バイン缶 15 緑	
カットわかめ 0.7 赤		* プロセスチーズ 1こ 赤							みかん缶 15 緑	
だし昆布 0.42 赤									* もも缶 10 緑	
かつお節 0.84 赤										
だしの素 1.4 赤										
みそ 10 赤										
エネルギー	エネルギー	エネルギー	エネルギー				エネルギー	エネルギー	エネルギー	エネルギー
586kcal	520kcal	640kcal	718kcal				543kcal	518kcal	630kcal	588kcal



おはしを上手に使うって、  
おいしく食べましょう。

赤:赤色の食品...体をつくるものになるもの 黄:黄色の食品...熱や力になるもの 緑:緑色の食品...体の調子をとのえるもの \* :アレルギーを含む食材