

5月の予定献立表(Aブロック)

平成30年度

パ ン	牛 乳	デ ザ ー ト	給食目標 教室を整えて楽しく食事をしよう			※たべかたの ちゅうい ※そのた	
			給食回数 21回	給食目標 栄養指導目標	教室を整えて楽しく食事をしよう ご飯やパンは熱や力のもと		
こんだてめい			ざいりょうのはたらき				
			ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)	からだのちようしを ととのえるもと(みどり)		
1 火	○		ちゅうかおこわ つくねやき ゆかりあえ うどいりスープ	もちごめ こめ ★ごまあぶら さとう ★パンこ ★ごま あぶら でんぶん	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいず ★とりにく ひじき ★とうふ	しょうが しいたけ にんじん たけのこ ごぼう れんこん ねぎ キャベツ ★もやし きゅうり うど きくらげ チンゲンサイ ゆかり	※チキンとまめのセルフカレーパンは、 かしわおりのミルクパンに、カレーを はさんでたべます。
2 水	※ ミルク パン	○ ニュー サマー オレンジ	※セルフカレーパン (チキンとまめのカレー) アスパラガスとベーコンのソテー	★ミルクパン じゃがいも あぶら ★バター ★こむぎこ	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★ぶたにく ★だいず ★チーズ ★ベーコン	グリーンピース たまねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが トマト アスパラガス とうもろこし キャベツ ★ニューサマーオレンジ	
7 月	○		チャーハン とりにくのしょうがやき もやしとにらのスープ	こめ あぶら さとう	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく ★とりにく	ねぎ しょうが ★もやし にんじん きくらげ にら	※カラマンダリンは かんきつつけいの くだものです。
8 火	○	きよみ オレンジ	スパゲッティミートソース まめとキャベツのサラダ	★スパゲッティ あぶら ★バター ★こむぎこ さとう	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★ベーコン ★チーズ ★だいず	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ とうもろこし ★きよみオレンジ	
9 水	○	※ カラ マンダリン	わかごはん さばのたつたあげ いなかにじる	こめ でんぶん あぶら	★ぎゅうにゅう ★さば ★みそ	しょうが だいこん にんじん ごぼう かぼちゃ こんにやく ねぎ ★カラマンダリン なめしのもと	※カラマンダリンは かんきつつけいの くだものです。
10 木	バター ロール	○	チーズハンバーグ(オニオンソース) こふきいも ほうれんそうとコーンのスープ	★バターロール あぶら ★パンこ さとう でんぶん じゃがいも	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★とりにく ★チーズ ★ベーコン	たまねぎ にんにく えのきたけ にんじん セロリー とうもろこし ほうれんそう	
11 金	○	デコボン	ごはん さけのしおこうじやき ちくげんに	こめ あぶら さとう	★ぎゅうにゅう ★さけ ★とりにく	にんじん こんにやく たけのこ ごぼう れんこん だいこん しいたけ さやいんげん ★デコボン	※あげぎょうざはひとり2こです。
14 月	○		ごはん ※あげぎょうざ マーボー豆腐 いためナムル	こめ あぶら さとう でんぶん ★ごま	★ぎゅうにゅう ★ぎょうざ ★とうふ ★ぶたにく ★みそ	にんじん ねぎ にら しいたけ にんにく ほうれんそう ★もやし	
15 火	○	レモン ゼリー	わかめごはん ※まめあじのなんぼんづけ にくじゃが	こめ でんぶん あぶら さとう ★ごま じゃがいも レモンゼリー	★ぎゅうにゅう わかめ あじ ★ぶたにく	ねぎ にんじん しょうが たまねぎ こんにやく さやえんどう しいたけ	※まめあじはあつりよくをかけて たべやすくしています。
16 水	きなこ トースト	○	キャベツのクリームシチュー ごぼうサラダ ※ソイドレッシング(たまごいり)	★しょうパン ★バター さとう ごぼうサラダ ★こむぎこ ★ソイドレッシング	★ぎゅうにゅう ★きなこ ひじき ★とりにく ★チーズ ★だいず ★たまご…ソイドレッシング	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム ごぼう だいこん	
17 木	○		シーフードピラフ ミートコロッケ(ソース) ミネストローネ	こめ ★バター あぶら ★コロッケ じゃがいも さとう	★ぎゅうにゅう ★えび ★いか ★とりにく ★ベーコン いんげんまめ	たまねぎ にんじん グリンピース とうもろこし トマト キャベツ セロリー にんにく	※みしょうかんは かんきつつけいの くだものです。
18 金	ソフト フランス	○	ポテトオムレツ(デミソース) たらこマカロニ やさしいスープ	★ソフトフランスパン あぶら じゃがいも さとう ★マカロニ ★バター	★ぎゅうにゅう ★たまご ★ぶたにく たらこ ★ベーコン	たまねぎ トマト パセリ キャベツ にんじん セロリー さやいんげん	
21 月	○	※ みしょう かん	きつねごはん ぶたにくとキャベツのみそいため けんちんじる	こめ さとう あぶら でんぶん	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★あぶらあげ ★ぶたにく ★みそ ★とうふ	にんじん しょうが キャベツ たまねぎ しめじ ビーマン パプリカ にんにく ごぼう こんにやく ねぎ だいこん ★みしょうかん	※みしょうかんは かんきつつけいの くだものです。
22 火	はいが パン	○	フルーツ ヨーグルト	★はいがパン でんぶん あぶら さとう	★ぎゅうにゅう メルルーサ ★ぶたにく ★ヨーグルト	たまねぎ にんじん パプリカ パセリ にんにく ★もやし はくさい にら ねぎ みかん ★りんご	
23 水	○		ピースごはん てりやきチキン やさしいのごまいため さつまじる	こめ さとう でんぶん ★ごま あぶら さつまじり	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★あぶらあげ ★みそ	グリーンピース しょうが こまつな ★もやし にんじん はくさい だいこん ごぼう こんにやく しめじ ねぎ	1年生のみ、はしだけでは 食べにくい献立の時は、 フォークかスプーンがつき ます。 (1学期のみ)
24 木	○	ニュー サマー オレンジ	ジャージャーめん チンゲンサイのスープ	★むしちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ★ごまあぶら	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★だいず ★みそ ★とりにく ★とうふ	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ ★ニューサマーオレンジ	
25 金	○		ごはん ししゃもフライ・ハムカツ(ソース) キャベツのにびたし かぶととうふのみそじる	こめ ★こむぎこ ★パンこ あぶら さとう	★ぎゅうにゅう ししゃも ★ハム ★とうふ ★あぶらあげ ★みそ	キャベツ にんじん こまつな かぶ ねぎ	
28 月	運動会 振替休業日 (給食はありません)						
29 火	○	※ みしょう かん	カレーライス さんしよくこんにやくと かいそうのサラダ わふうドレッシング	こめ じゃがいも あぶら ★バター ★こむぎこ わふうドレッシング	★ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★チーズ かいそうミックス	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ だいこん こんにやく ★みしょうかん	※みしょうかんは かんきつつけいの くだものです。
30 水	まっちゃん パン	○	ピザふうチキン フライドポテト ようふうたまごスープ	★まっちゃんパン あぶら フレンチポテト でんぶん	★ぎゅうにゅう ★とりにく ★チーズ ★たまご	たまねぎ マッシュルーム ビーマン トマト ほうれんそう にんじん セロリー	
31 木	○	デコボン	ごはん きすのてんぶら すきやきふうに	こめ ★こむぎこ あぶら じゃがいも さとう	★ぎゅうにゅう きす ★ぶたにく ★とうふ	はくさい にんじん たまねぎ しらたき しいたけ ねぎ ★デコボン	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。今までに食べたことのない食品がある場合は、ご注意ください。
*材料の都合により献立が変更になることもあります。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱく質
今月の平均	628kcal	25.8g
国の基準	640kcal	18~32g

《立川市立第五小学校》

【給食用食材の放射性物質の検査について】

給食で使用した主な食材の放射性物質の検査を行っています。結果は、立川市のホームページにて公表しています。

<保護者の皆様へ>

立川市では、食物アレルギーの児童について除去食等の対応を行っています。除去食等を希望される方は、学校へお申し出ください。
なお、アレルギー事故を未然に防ぐため、「ピーナッツ・くるみ・アーモンド・カシューナッツ」は使用しません。ただし、加工品の場合、原材料に使用されていなくても、同一工場内で、ナッツ類を使用した製品を製造していることがあります。

