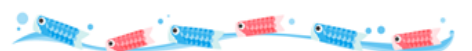
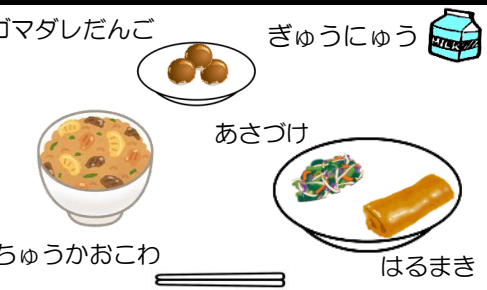
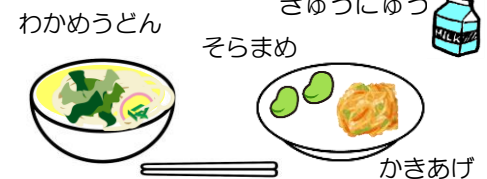
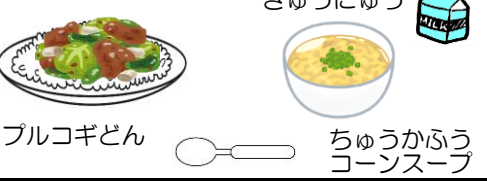




2025年5月 こんだて表

新座市立片山小学校



日付	はいぜん図	こんだて名	食 材 名	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1 (木)	 りんごゼリー ぎゅうにゅう カレーそぼろどん けんちんじる	カレーそぼろどん	米 麦 カレー粉 米粉 こめ油 豚肉 ベーコン にんじん 大豆 清酒 みりん しょうゆ さやいんげん	631	24.5
		けんちんじる	削り節（だし） ごま油 ごぼう こんにゃく じゃがいも にんじん 大根 油揚げ 豆腐 長ねぎ 清酒 みりん		
		りんごゼリー	りんごジュース 上白糖 粉寒天 ゼラチン		
2 (金)	 ゴマダレだんご ぎゅうにゅう あさづけ ちゅうかおこわ はるまき	ちゅうかおこわ	米 もち米 焼き豚 にんじん 干しいたけ たけのこ みりん しょうゆ 清酒 塩 小松菜 こめ油 ごま油	752	24.1
		はるまき	春巻きの皮 ごま油 鶏肉 緑豆春雨 しょうが 清酒 しょうゆ 干しいたけ もやし にら こしょう 塩 でん粉 なたね油		
		あさづけ	かぶ きゅうり にんじん 塩 しょうゆ		
		ゴマダレだんご 	白玉もち 黒ゴマ しょうゆ 上白糖 みそ		
7 (水)	 あつあげいり ホイコーロー ぎゅうにゅう むぎごはん はるさめスープ	むぎごはん	米 麦	595	27.0
		あつあげいり ホイコーロー	豚肉 しょうが にんにく こめ油 生揚げ 豆板醤 清酒 甜麺醤 三温糖 塩 しょうゆ でん粉 長ねぎ 玉ねぎ キャベツ たけのこ にんじん ピーマン		
		はるさめスープ	削り節（だし） 緑豆春雨 こめ油 鶏肉 干しいたけ にんじん もやし 小松菜 清酒 塩 こしょう しょうゆ ごま油		
8 (木)	 わかめうどん ぎゅうにゅう そらまめ わかめうどん かきあげ	わかめうどん	冷凍うどん 削り節（だし） だし昆布 鶏肉 油揚げ にんじん 長ねぎ かまぼこ わかめ 小松菜 清酒 みりん しょうゆ 塩	592	23.9
		かきあげ	玉ねぎ にんじん ごぼう 大豆 コーン 小麦粉 塩 ベーキングパウダー なたね油		
		そらまめ	そらまめ 塩		
9 (金)	 ほうれんそうの マカロニグラタン ぎゅうにゅう はちみつパン やさいスープ	はちみつパン	はちみつパン	633	27.0
		ほうれんそうの マカロニグラタン	パンネ 玉ねぎ 鶏肉 ほうれん草 こめ油 塩 こしょう バター 牛乳 生クリーム 白ワイン 米粉 チーズ		
		やさいスープ	鶏がら 玉ねぎ 鶏肉 白ワイン にんじん マッシュルーム キャベツ 塩 こしょう しょうゆ 小松菜		
12 (月)	 レタスチャーハン ぎゅうにゅう ワンタンスープ	レタスチャーハン	米 麦 こめ油 豚肉 玉ねぎ にんじん コーン レタス 塩 なると こしょう しょうゆ	587	20.2
		ワンタンスープ	削り節（だし） もやし にんじん 干しいたけ 長ねぎ 鶏肉 小松菜 清酒 しょうゆ 塩 こしょう ごま油 ワンタン		
13 (火)	 チーズいり キャロットむしパン ぎゅうにゅう ミネストローネ	チーズいり キャロットむしパン	小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 にんじん たまご 牛乳 バター チーズ	617	21.5
		ミネストローネ	鶏ガラ オリーブオイル ベーコン にんにく にんじん 玉ねぎ セロリ キャベツ ホールトマト 大豆 ケチャップ しょうゆ 三温糖 白ワイン 塩 こしょう		
		ヨーグルトあえ	ヨーグルト パイン缶 リンゴ缶 甘夏缶 黄桃缶		
14 (水)	 ブルコギどん ぎゅうにゅう ちゅうかふう コーンスープ	ブルコギどん	米 麦 ごま油 豚肉 三温糖 にんにく 長ねぎ しょうゆ コチュジャン 清酒 ごま油 こめ油 玉ねぎ にんじん 干しいたけ もやし にら 塩 こしょう	606	23.2
		ちゅうかふう コーンスープ	鶏がら にんじん 干しいたけ コーン クリームコーン 清酒 塩 こしょう しょうゆ たまご でん粉 小松菜		
15 (木)	 しおラーメン ぎゅうにゅう ツナぎょうざ ミニトマト	しおラーメン	中華めん だし昆布 鶏がら 豚骨 こめ油 にんにく しょうが 豚肉 にんじん もやし 白菜 長ねぎ コーン 小松菜 清酒 塩 こしょう しょうゆ ラー油 ごま油 でん粉	617	24.5
		ツナぎょうざ	ぎょうざの皮 ツナ 玉ねぎ チーズ 塩 こしょう 小麦粉 なたね油		
		ミニトマト	ミニトマト		
16 (金)	 かつおとしょうがの たきこみごはん ぎゅうにゅう とんじる	かつおとしょうがの たきこみごはん	米 麦 新しょうが かつお しょうゆ 清酒 でん粉 なたね油 三温糖 みりん ごま	629	27.4
		とんじる	煮干し 豚肉 こめ油 こんにゃく 油揚げ ごぼう にんじん 大根 じゃがいも 豆腐 長ねぎ 小松菜 清酒 みそ		

献立は都合により変更する場合があります。栄養価は中学年を基準にしています。低学年は0.8倍、高学年は1.2倍が目安です。

※  New は今年度、新しく取り入れたメニューです。イラストは、実際の給食と食材等が異なる場合がございますので、詳しい内容は食材名の欄をご覧ください。



日付	はいぜん図	こんだて名	食 材 名	エネルギー kcal	たんぱく質 g
19 (月)	 あおうめゼリー ギゆうにゅう ツナポテトースト きのこのスープ	ツナポテトースト	食パン ジャがいも 穀物酢 バター オリーブオイル 玉ねぎ ツナ コーン ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう チーズ	586	24.5
		きのこのスープ	鶏がら こめ油 玉ねぎ 鶏肉 白ワイン にんじん キャベツ ほうれん草 マッシュルーム エリンギ 塩 こしょう しょうゆ		
		あおうめゼリー	青梅ゼリー		
20 (火)	 キャロットケーキ ギゆうにゅう アスパラとキャベツの ペペロンチーノ ごまドレサラダ	アスパラとキャベツの ペペロンチーノ	スパゲティ こめ油 オリーブオイル にんにく 唐辛子 ベーコン 白ワイン アスパラガス キャベツ エリンギ にんじん 塩 こしょう しょうゆ パセリ	649	24.2
		ごまドレサラダ	キャベツ きゅうり にんじん コーン こめ油 穀物酢 塩 こしょう しょうゆ ごま		
		キャロットケーキ	米粉 ベーキングパウダー にんじん たまご 豆乳 はちみつ 三温糖 こめ油		
21 (水)	 ギゆうにゅう チキンカレー ひじきサラダ	チキンカレー	米 麦 こめ油 しょうが にんにく 玉ねぎ 鶏肉 にんじん ジャがいも 鶏ガラ ケチャップ ウスターソース 中濃ソース しょうゆ 塩 こしょう 赤ワイン カレー粉 小麦粉 はちみつ	644	22.4
		ひじきサラダ	芽ひじき 糸こんにゃく しょうゆ 小松菜 にんじん キャベツ こめ油 穀物酢 塩 こしょう 三温糖 ごま		
22 (木)	 ギゆうにゅう あえもの むぎごはん さけふりかけ ふわふわとうふ ハンバーグ	むぎごはん さけふりかけ	米 麦 鮭フレーク 清酒 ちりめんじゃこ ごま のり	579	26.7
		ふわふわとうふ ハンバーグ	豚肉 鶏肉 豆腐 塩 こしょう 芽ひじき にんじん 玉ねぎ 上白糖 しょうゆ みりん 清酒 高野豆腐 でん粉		
		あえもの	もやし 小松菜 にんじん 切り干し大根 しょうゆ		
23 (金)	 ギゆうにゅう からしあえ グリンピースいり わかめごはん さばのみそに	グリンピースいり わかめごはん	米 麦 炊き込みわかめ グリンピース	600	23.1
		さばのみそに	さば 清酒 しょうが 長ねぎ みそ 三温糖 みりん しょうゆ だし昆布		
		からしあえ	小松菜 にんじん もやし しょうゆ ごま油 からし		
		オレンジ	オレンジ		
26 (月)	 ギゆうにゅう きなこあげパン だいこんサラダ とうふいり にくだんごスープ	きなこあげパン	ツイストパン なたね油 きなこ 三温糖 塩	664	28.0
		とうふいり にくだんごスープ	鶏ガラ 干しいたけ たけのこ にんじん 白菜 鶏肉 豆腐 長ねぎ しょうが 塩 こしょう でん粉 緑豆春雨 小松菜 清酒 しょうゆ		
		だいこんサラダ	ハム 大根 きゅうり にんじん コーン こめ油 穀物酢 塩 こしょう しょうゆ 粒マスタード		
27 (火)	 ギゆうにゅう キムタクごはん いそかあえ しんじゃがの コロッケ	キムタクごはん	米 麦 ごま油 豚肉 白菜キムチ たくあん 塩 こしょう しょうゆ ごま	646	21.2
		しんじゃがの コロッケ	新じゃがいも 豚肉 高野豆腐 玉ねぎ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 なたね油 中濃ソース		
		いそかあえ	小松菜 にんじん もやし しょうゆ 清酒 みりん のり		
28 (水)	 ギゆうにゅう ごもくあんかけ やきそば フルーツポンチ	ごもくあんかけ やきそば	中華めん ごま油 しょうが こめ油 豚肉 清酒 にんじん たけのこ 玉ねぎ もやし 上白糖 塩 こしょう 穀物酢 うすらの卵 キャベツ チンゲン菜 しょうゆ でん粉	629	21.3
		フルーツポンチ	黄桃缶 リンゴ缶 パイン缶 はちみつ レモン汁 粉寒天 上白糖 白ワイン		
29 (木)	 ギゆうにゅう そくせきづけ むぎごはん のりのつくだに とりにくと こんさいのもの	むぎごはん のりのつくだに	米 麦 のり しょうゆ みりん 三温糖	542	22.5
		とりにくと こんさいのもの	こめ油 鶏肉 清酒 しょうゆ こめ油 ごぼう にんじん こんにゃく 干しいたけ 大根 高野豆腐 だし昆布 三温糖 みりん		
		そくせきづけ	かぶ きゅうり にんじん 塩		
30 (金)	 ギゆうにゅう ミルクコーヒー ゼリー タコライス ポパイスープ	タコライス	米 麦 こめ油 豚肉 清酒 玉ねぎ トマトピューレ ホールトマト ケチャップ マッシュルーム 塩 こしょう しょうゆ 中濃ソース カレー粉 チーズ キャベツ	698	30.2
		ポパイスープ	削り節(だし) 鶏肉 ジャがいも 玉ねぎ ほうれん草 清酒 塩 こしょう しょうゆ		
		ミルクコーヒーゼリー	コーヒー アガー 上白糖 牛乳 生クリーム		



6年生
修学旅行