



5月の予定献立表(Bブロック)

令和7(2025)年度

日曜 のみもの	給食目標				こんだてメモ	
	給食回数 20回		食事のマナーを身に付けよう			
	こんだて		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)			
1木	ごはん あじのメンチカツ きんぴらごぼう とりにくいりすまじる	こめ パンこ こむぎこ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう あじ とりにく	たまねぎ にんにく ごぼう にんじん だいこん たけのこ ほうれんそう ねぎ	~白衣について~ お子様が給食当番を担当した場合、週末に給食当番の白衣一式を持ち帰ります。 洗濯をして、翌週持たせてください。 香りに敏感なお子様もいらっしゃるので、洗濯の際は、洗剤や柔軟剤にご配慮いただけますようお願いいたします。 アイロン掛けは必須ではありません。 ほころび等ございましたら、簡単な縫いをしていただけると幸いです。	
2金	マーボーどん はるさめサラダ	こめ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいすみそ ハム	にんじん たまねぎ ねぎ ビーマン にんにく ショウガ きゅうり もやし とうもろこし		
7水	ごもくうどん ししゃものいそべあげ(2ほん) さつまいものみそごし	うどん あぶら さとう でんぶん こむぎこ さつまいも	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ ちくわ ししゃも あおのり みそ	キャベツ にんじん しいたけ こまつな ねぎ こんにゃく さやいんげん		
8木	おやこどん わかめとうふのみぞしる	こめ でんぶん さとう	ぎゅうにゅう とりにく たまご わかめ とうふ みそ	たまねぎ にんじん だいこん えのきだけ さやえんどう		
9金	まっちゃパン シライのエスカベッシュ(ソース) マッシュポテト はるキャベツとベーコンのスープ	ベジぱく	まっちゃパン でんぶん あぶら さとう じゃがいも バター	ぎゅうにゅう シイラ ベーコン	たまねぎ にんじん パプリカ にんにく キャベツ とうもろこし	
12月	チャーハン てづくりジャンボぎょうざ こめこめんのスープ ももゼリー	こめ あぶら ごまあぶら ぎょうざのかわ こめこめん ももゼリー	たまご ぶたにく ぎゅうにゅう だいすみそ とりにく	にんじん ねぎ にんにく しようが キャベツ にら もやし こまつな たまねぎ		
13火	えびいりトマトクリームスパゲッティ こんにゃくとかいそうのサラダ かぼちゃのスコーン	スパゲッティ あぶら バター こむぎこ さとう わふうドレッシング ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう えび ベーコン なまクリーム かいそうミックス	たまねぎ マッシュルーム にんにく バセリ トマト こんにゃく キャベツ きゅうり かぼちゃ		
14水	ごはん はるまき じゃこいりいためナマル とうにゅうキムチチゲ	こめ あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう はるまき ちりめんじゃこ ぶたにく とうふ みそ とうにゅう	もやし にんじん こまつな キムチ えのきだけ だいこん ねぎ にら		
15木	カレーライス やさいとまめのコロコロサラダ (たまねぎドレッシング)	こめ じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう たまねぎドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ミックスピーナッツ	たまねぎ にんじん にんにく しようが トマト キャベツ ブロッコリー		
16金	ごはん おこのみあげ くわわかめのいりに さつまじる	こめ でんぶん あぶら ごまあぶら さとう さつまいも	ぎゅうにゅう たら たまご えび あおのり かつおぶし ぶたにく わかめ とりにく とうふ みそ	ねぎ しようが さやいんげん にんじん とうもろこし だいこん ごぼう こんにゃく		
19月	ごはん しおだれきゅうり たまごときくらげのいためもの ごまみそにくじが	こめ さとう ごまあぶら あぶら でんぶん じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご みそ	きゅうり にんにく きくらげ たけのこ にんじん しようが ピーマン たまねぎ こまつな		
20火	ごはん たらのねぎソースかけ(ソース) しらたきとだいこんのピリからいため いなかじる	こめ でんぶん あぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう たら ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	ねぎ しらたき だいこん こねぎ にんにく しようが ごぼう にんじん かぼちゃ こんにゃく		
21水	セルフさけフライバーガー(ソース) はるキャベツのソテー まめとやさいのスープに	ベジぱく	ミルクパン こむぎこ パンこ あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう さけ とりにく いんげんまめ	キャベツ にんじん とうもろこし かぶ たまねぎ ブロッコリー セロリー	
22木	わかなごはん とりにくのしおこうじやき もやしのあまずいため さわにわん♥	♥ハートにんじん 入っているかな?♥	こめ あぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ	なめしのもと もやし にんじん ピーマン だいこん ごぼう しいたけ ねぎ	
23金	ごはん いかのかりんあげ(2まい) にんじんといんげんのごまに なめこととうふのみぞしる かわちばんかん	としょ	こめ でんぶん あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう いか しらすほし とうふ わかめ みそ	しようが にんじん さやいんげん はくさい なめこ だいこん ねぎ かわちばんかん	
26月	ごはん おからいりおろしハンバーグ ポテトカルボナーラ アルファベットマカロニスープ	こめ でんぶん さとう パンこ あぶら じゃがいも バター マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく おから ベーコン なまクリーム チーズ	たまねぎ だいこん にんにく キャベツ にんじん セロリー トマト		
27火	あげパン ぶたにくときんときまめのトマトに きのことマカロニのソテー	コッペパン あぶら さとう マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたにく いんげんまめ ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト しめじ えのきだけ ブロッコリー		
28水	ツナピラフ ハムたま ほうれんそうとコーンのソテー まめとじゃがいものポタージュ	こめ あぶら さとう じゃがいも バター	ツナ ぎゅうにゅう たまご ハム いんげんまめ とうにゅう なまクリーム	たまねぎ にんじん にんにく ほうれんそう もやし とうもろこし パセリ		
29木	ごはん さばのみぞやき こまつなとあぶらあげのにびたし もやしのみぞしる	こめ さとう	ぎゅうにゅう さば みそ あぶらあげ	しようが キャベツ こまつな にんじん たまねぎ もやし しめじ ねぎ		
30金	チンジャガロースどん コーンとたまごのちゅうかスープ	こめ じゃがいも 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 とりにく たまご	たけのこ ピーマン パプリカ ねぎ にんにく しようが とうもろこし たまねぎ こねぎ		

*都合により献立が変更になることもあります。

*学校給食では、様々な食品を使用します。

今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右記のQRコードからアクセスしてください。



<立川市学校給食における
食物アレルギー対応方針>

はしだけでは食べにくい献立の時は、
1年生のみスプーンかフォークが
つきます。
(1学期のみ)

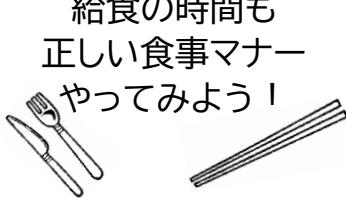


たんぱくしつ

エネルギー
摂取エネルギー全体の
17%

国際基準
摂取エネルギー全体の
13~20%

西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>



① 食べる前、食べた後に感謝の気持ちを込めたあいさつをしましょう。



② おはしや食器は正しく持って食べましょう。



③ 背すじをまっすぐに伸ばして姿勢よく食べるよにしましょう。



引用:給食&食育だよりセレクトブック (少年写真新聞社)