

令和6年度



5月学校給食献立予定表



新宿区立落合第二中学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
1 水	中華おこわ	牛乳	五目スープ きなこよもぎ団子	牛乳 豚肉 大豆 鶏肉 豆腐 きな粉	ごま油 米 もち米 油 白玉粉 上新粉 さとう	にんじん だけのこ(水煮) 干しいたけ しょうが にんにく もやし 長ねぎ こまつな 冷凍よもぎ	757 kcal 30.7 g
2 木	フィッシュバーガー	牛乳	ミネストローネ ポテトソテー	牛乳 バサ 豚肉 フランクフルト ベーコン	丸パン 油 米粉 小麦粉 パン粉(乾) 生パン粉 油 じゃがいも バター	キャベツ にんじん にんにく セロリ たまねぎ トマト缶 乾燥パセリ	769 kcal 34.3 g
7 火	麦ごはん	牛乳	のりとあさりのつくだ煮 天ぷら みそけんちょう汁	牛乳 ほしのり あさり きす 鶏肉 生揚げ みそ	米 米粒麦 さとう 油 小麦粉 片栗粉 さつまいも じゃがいも ごま油	だいこん にんじん 長ねぎ	818 kcal 31.7 g
8 水	アスパラの クリームスパゲティ	牛乳	グリーンサラダ コーヒゼリー	牛乳 さけ スkimミルク 粉チーズ アガー 生クリーム	スパゲッティ 油 バター 小麦粉 さとう	乾燥パセリ たまねぎ にんじん エリンギ水煮 グリーンアスパラガス キャベツ きゅうり こまつな	753 kcal 30.6 g
9 木	カレーライス	牛乳	じゃこと豆のサラダ かんきつ	牛乳 豚肉 あさり レンズま め チーズ ちりめんじゃこ ひよこまめ	米 米粒麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう ごま油 白こま	にんにく しょうが たまねぎ セロリ にんじん トマト缶 こまつな キャベツ もやし オレンジ	892 kcal 33.8 g
10 金	チキンドリア	牛乳	キャベツスープ パンネのカレーソテー	牛乳 ボンレスハム 鶏肉 スキムミルク 粉チーズ ベーコン 鶏肉	米 バター 油 小麦粉 パン粉 じゃがいも ペンネマカロニ	たまねぎ ぶなしめじ にんにく にんじん キャベツ ヒーマン	905 kcal 33.2 g
13 月	きんぴらごはん	牛乳	鮭のみそ焼き きゅうりとわかめのごま酢あえ すまし汁	牛乳 豚肉 鮭 みそ わかめ 豆腐	米 米粒麦 油 さとう はるさめ ごま油 白こま	ごぼう にんじん キャベツ きゅうり えのきだけ こまつな	786 kcal 36.1 g
14 火	コーンピラフ	牛乳	ベーコンポテトスープ カリカリ揚げのサラダ ミルクココアゼリー	牛乳 ベーコン 鶏肉 油揚げ 寒天 生クリーム	米 米粒麦 油 バター じゃがいも 片栗粉 はちみつ さとう	にんじん たまねぎ コーン エリンギ水煮 にんにく セロリ クリームコーン パセリ キャベツ こまつな きゅうり	824 kcal 25.8 g
15 水	もちきびごはん	牛乳	ミートコロッケ キャベツとツナのソテー みそ汁	牛乳 豚肉 スkimミルク 大豆 ツナ油漬 みそ わかめ	米 きび 油 さとう ポテトフレック じゃがいも 小麦粉 パン粉	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ コーン こまつな もやし だいこん 長ねぎ	899 kcal 32.6 g
16 木	手作りエッグパン	牛乳	マカロニスー パンブキンハニーサラダ	牛乳 スkimミルク 卵 ベーコン 豚肉 ひよこまめ	強力粉 小麦粉 さとう 油 マヨネーズ(卵不使用) じゃがいも シェルマカロニ はちみつ	たまねぎ パセリ にんにく にんじん トマト缶 こまつな キャベツ かぼちゃ	701 kcal 28.2 g
17 金	スパゲティナポリタン	牛乳	ポテトサラダ チーズケーキ	牛乳 ベーコン 豚肉 生クリーム 卵 クリームチー ズ スkimミルク セラチン	スパゲッティ 油 バター じゃがいも さとう 小麦粉 マヨネーズ(卵不使用)	にんにく セロリ たまねぎ にんじん エリンギ水煮 トマト缶 コーン きゅうり レモン果汁	867 kcal 29.1 g
20 月	五目うどん	牛乳	千種焼き 杏仁豆腐	牛乳 鶏肉 油揚げ 鶏肉 卵 かつおけずり節 寒天	冷凍うどん 油 さとう 片栗粉	にんじん ごぼう たまねぎ 干しいたけ 長ねぎ こまつな しょうが りんご缶 みかん缶	852 kcal 39.3 g
21 火	きのこの醤油バターピラフ	牛乳	ポテトの重ね焼き 野菜と竹輪の香味サラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉 スキムミルク 豚肉 チーズ わかめ 竹輪	米 米粒麦 バター 油 じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ エリンギ水煮 ぶなしめじ マッシュルーム缶 もやし トマト缶 グリンピース(冷凍) にんに く パセリ もやし きゅうり しょうが	810 kcal 31.0 g
22 水	麦ごはん	牛乳	かつおぶりかけ 回鍋肉 豆腐スープ	牛乳 かつおぶし 豚肉 ちりめんじゃこ みそ 八丁みそ 鶏肉 豆腐	米 米粒麦 さとう 白こま 油 じゃがいも 片栗粉 ごま油 白こま	にんにく しょうが 干しいたけ たまねぎ にんじん キャベツ ヒーマン 赤ピーマン もやし 長ねぎ こまつな	806 kcal 32.0 g
23 木	チョコクリームパン	牛乳	ボークビーンズ あさりのカリカリサラダ	牛乳 調理用牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 生クリーム あさり	米粉パン コーンスターチ チョコレート さとう バター じゃがいも 片栗粉 ごま油 油	セロリ にんじん たまねぎ にんにく キャベツ こまつな しょうが	778 kcal 37.5 g
24 金	ご飯	牛乳	さばの文化干し 豚肉とキムチの炒めもの もやしのスープ	牛乳 さば 豚肉 鶏肉	米 油 ねりごま ごま油 片栗粉	しょうが たまねぎ にんじん 白菜キムチ もやし にら チンゲンサイ	797 kcal 40.3 g
27 月	広東麺	牛乳	野菜のピリ辛中華和え 抹茶蒸しパン	牛乳 豚肉	冷凍ラーメン 油 ごま油 さとう 片栗粉 小麦粉 甘納豆	にんにく しょうが 長ねぎ にんじん きくらげ はくさい もやし チンゲンサイ きゅうり だいこん	798 kcal 29.2 g
28 火	チキンクリームライス	牛乳	海藻サラダ のりじゃが	牛乳 鶏肉 粉チーズ 海藻ミックス ちりめんじゃこ あおのり	米 米粒麦 油 小麦粉 バター さとう 白こま じゃがいも	たまねぎ エリンギ(水煮) にんじん にんにく パセリ キャベツ もやし きゅうり	784 kcal 29.6 g
29 水	麻婆豆腐丼	牛乳	ハンサンズー 小玉すいか	牛乳 みそ 八丁みそ 豚肉 大豆 豆腐 ボンレスハム	米 米粒麦 油 さとう 片栗粉 ごま油 はるさめ	にんにく 長ねぎ しょうが 干しいたけ にら にんじん きゅうり キャベツ 小玉すいか	742 kcal 29.1 g
30 木	コーンマヨネーズドッグ	牛乳	ポトフ ツナサラダ	牛乳 粉チーズ ベーコン 豚肉 フランクフルト レンズまめ ツナ油漬	コッペパン じゃがいも マヨネーズ(卵不使用) 油 ごま油	コーン たまねぎ パセリ にんじん にんにく キャベツ 赤パプリカ こまつな	784 kcal 30.9 g
31 金	かつおめし	牛乳	じゃがいもの土佐煮 野菜のしょうがじょうゆ和え	牛乳 かつおけずり節 かつお 鶏肉 竹輪 かつおぶし 大豆 芽ひしき 油揚げ	米 米粒麦 油 片栗粉 さとう 白こま 油 こんにゃく じゃがいも	しょうが にんじん さやいんげん もやし キャベツ コーン	842 kcal 36.7 g
5月分 一日あたりの平均							808 kcal 32.5 g
1人1回あたりの学校給食摂取基準							830 kcal 33.0 g

◎都合により、献立・食材の変更、給食回数の変更等を行うことがありますのでご了承

◎ こまつな、ねぎは東京都産使用予定です。(地産地消)