

令和7年度 5月 学校給食献立予定表



新座市立栄小学校

日付	献立名	主な食品	エネルギー (kcal)	
			たんぱく質(g)	
1 木	ちゅうかおこわ	米、もち米、きげ、塩、しょうゆ、油、ごま油、玉ねぎ、焼き豚、にんじん、だけのこ水煮、干ししいたけ、みりん、しょうゆ、塩	八十八夜	625 19.6
	ぐだくさんスープ	鳥がら、だし昆布、カットわかめ、とり肉、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、酒、塩、こしょう、しょうゆ、白ごま、ごま油		
	まっちゃんのケーキ	薄力粉、ベーキングパウダー、さとう、おから、抹茶、鶏卵、マーガリン、牛乳、ゆであずき		
2 金	こきつねすし	米、麦、油、酒、さとう、酢、塩、油揚げ、にんじん、とり肉、さとう、みりん、酒、しょうゆ、白ごま、きざみのり	こどもの日 献立	680 27.3
	すまじる	削り節、かまぼこ(卵白不使用)、長ねぎ、ほうれん草、酒、塩、しょうゆ		
	かぶとはるまき	春巻きの皮、じゃがいも、塩、こしょう、角切りチーズ、油		
7 水	ジャージャーめん	蒸し中華めん、ごま油、油、しょうが、にんにく、長ねぎ、ぶたひき肉、油、干ししいたけ、ごぼう、にんじん、ねぎ、だけのこ水煮、赤みそ、八丁みそ、テンメンジャン、しょうゆ、さとう、でんぶん、ごま油	664 27.1	
	あんにんどうふ	粉寒天、さとう、牛乳、ハニラエッセンス、生クリーム、みかん缶、さとう、白ワイン		
8 木	きなこトースト	食パン、バター、さとう、はちみつ、きなこ	502 24.0	
	ミートボールのトマトスープ	ぶたひき肉、じゃがいも、パン粉、塩、こしょう、でんぶん、鳥がら、油、ベーコン、にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶、キャベツ、ローリエ、塩、こしょう、白ワイン、しょうゆ、ブロックリー		
9 金	とりにくのあまからあえどん	米、油、油、酒、とり肉、酒、しょうゆ、しょうが、でんぶん、大豆、でんぶん、油、こまつな、しょうゆ、酒、さとう、みりん		
	キャベツとあつあげのみそしる	削り節、キャベツ、生揚げ、長ねぎ、カットわかめ、酒、白みそ、赤みそ		
12 月	むぎごはん	米、麦、酒、油	607 23.3	
	のりのつくだに	きざみのり、しょうゆ、みりん、さとう		
	しんじゃがのそぼろあんかけ	じゃがいも、油、糸こんにゃく、玉ねぎ、とりひき肉、酒、にんじん、みりん、さとう、しょうゆ、でんぶん、グリンピース		
	ごまみそあえ	こまつな、キャベツ、切干大根、しょうゆ、もやし、みりん、さとう、しょうゆ、赤みそ、白ごま		
13 火	ぶたにくとアスパラのわふうスパゲッティ	スパゲッティ、油、とうがらし、ににく、ぶた肉、酒、しょうゆ、みりん、さとう、しょうが、玉ねぎ、えのきだけ、アスパラガス、白ワイン、塩、こしょう、しょうゆ	599 23.0	
	おかひじきのサラダ	ベーコン、きゅうり、おかひじき、にんじん、キャベツ、油、ごま油、しょうゆ、酢、塩、白ごま		
	シナモンラスク	焼麩、バター、グラニュー糖、シナモンパウダー		
14 水	チキンカレーライス	米、麦、油、しょうが、ににく、玉ねぎ、とり肉、にんじん、じゃがいも、鳥がら、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、油、薄力粉、はちみつ	624 16.2	
	かいそうサラダ	海藻ミックス、キャベツ、きゅうり、コーン缶、こしょう、しょうゆ、酢、さとう、油		
15 木	かんさいふううどん	冷凍うどん、削り節、だし昆布、油揚げ、にんじん、なると(卵白不使用)、酒、みりん、しょうゆ、塩、ほうれん草、長ねぎ	623 28.0	
	かきあげ	玉ねぎ、にんじん、ごぼう、大豆、しゅんぎく、薄力粉、鶏卵、塩、ベーキングパウダー、油		
	ゆでそらまめ	そらまめ、塩		
16 金	スタミナどん	采、麦、しょうが、ににく、油、ぶた肉、にんじん、玉ねぎ、キムチ、トウバンジャン、テンメンジャン、酒、さとう、塩、こしょう、長ねぎ	524 24.6	
	しおだれキャベツ	キャベツ、にんじん、もやし、塩昆布、さとう、しょうゆ、酢、塩、ごま油、ににく		
19 月	シーフードピラフ	鳥がら、油、とり肉、玉ねぎ、にんじん、米、麦、白ワイン、塩、こしょう、むきえび、短冊イカ、白ワイン	533 28.1	
	ぶたにくのオニオソースサラダ	ぶた肉、塩、こしょう、酒、油、玉ねぎ、ににく、しょうゆ、酢、油、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ		
20 火	むぎごはん	米、麦、油、酒	624 28.4	
	あじのいそべフライ	あじ、ににく、洋からし、酢、しょうゆ、薄力粉、鶏卵、青のり、パン粉、油		
	おひたし	こまつな、もやし、えのきだけ、さとう、しょうゆ、酒		
21 水	みそしる	煮干し、油揚げ、じゃがいも、カットわかめ、長ねぎ、赤みそ、白みそ	519 24.7	
	チリコンカンドッグ	コッペパン、油、バター、薄力粉、油、ににく、セロリー、ぶたひき肉、赤ワイン、玉ねぎ、トマトケチャップ、トマトピューレ、大豆、オールスパイス、チリパウダー、塩、こしょう、ウスターソース、中濃ソース、しょうゆ、シレッドチーズ		
	ジャーマンポテトスープ	鳥がら、油、ベーコン、レバー入りウインナー、玉ねぎ、じゃがいも、セロリー、塩、こしょう、しょうゆ、白ワイン、バセリ		
22 木	かつおとしんしょうがのたきこみごはん	米、麦、しょうが、酒、油、かつお角切り、しょうゆ、酒、でんぶん、油、さとう、みりん、酒、しょうが、	614 28.1	
	とんじる	とんじる		
	つぶつぶあまなつゼリー	粉寒天、さとう、ゼラチン、甘夏缶、レモン汁		
23 金	ナポリタン	スパゲッティ、油、オリーブオイル、ににく、レバー入りウインナー、にんじん、玉ねぎ、塩、こしょう、さとう、トマトケチャップ、トマトピューレ、青ビーマン、粉チーズ	620 22.7	
	ボテトチキンサラダ	じゃがいも、塩、こしょう、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、とり肉、白ワイン、こしょう、塩、ノンエッグマヨネーズ		
26 月	グリンピースごはん	米、麦、だし昆布、酒、油、グリンピース、塩	566 28.3	
	かつおのしんたまソースかけ	かつお、しょうが、しょうゆ、でんぶん、油、玉ねぎ、さとう、酒、塩、酢、こしょう、ににく、小ねぎ		
	わかたけじる	だし昆布、削り節、カットわかめ、だけのこ水煮、絹豆腐、塩、酒、しょうゆ、長ねぎ		
27 火	ハッシュドポーク	米、麦、バター、パセリ、鳥がら、薄力粉、バター、油、さとう、油、玉ねぎ、油、塩、こしょう、パブリカ粉、赤ワイン、ぶなしめし、さとう、塩、こしょう、ウスターソース、中濃ソース、トマトケチャップ、トマトピューレ	620 20.7	
	ごまドレサラダ	サラダこんにゃく、キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、油、こしょう、塩、こしょう、白ごま		
	むぎごはん	米、麦、きげ、油、油、		
28 水	ホイコーロー	油、こしょうが、ににく、ぶた肉、トウバンジャン、酒、テンメンジャン、さとう、塩、こしょう、でんぶん、長ねぎ、玉ねぎ、キャベツ、、だけのこ水煮、青ビーマン、白ごま	618 30.0	
	にらたまスープ	けずり、しらす、さけ、しお、酒、塩、こしょう、しょうゆ、でんぶん、鶏卵、絹豆腐、長ねぎ		
	ナシ	ナシ		
29 木	キーマカレー	油、玉ねぎ、油、クミンシード、しょうが、ににく、ぶたひき肉、赤ワイン、玉ねぎ、大豆、鳥がら、トマト缶、さとう、塩、こしょう、しょうゆ、トマトケチャップ、ウスターソース、中濃ソース、ローリエ、ガラムマサラ、ターメリック、パブリカ粉、チリパウダー	553 25.2	
	あおのりボテビーンズ	じゃがいも、大豆、でんぶん、油、あおのり、塩		
	かわちばんかん	かわちばんかん		
	しょうがやきどん	米、麦、油、きげ、油、ぶた肉、さとう、酒、しょうが、りんご、こしょう、油、玉ねぎ、にんじん、みりん、さとう、しょうゆ、でんぶん、小ねぎ		
30 金	みそしる	煮干し、じゃがいも、えのきだけ、カットわかめ、長ねぎ、赤みそ、白みそ	604 26.0	

※食材の都合により献立を変更することがあります。

※栄養価は中学年の値です。低学年は0.8、高学年は1.2をかけた値が目安になります。



KOBATON

今月の県産食材
米・パン・中華麺・牛乳
豆腐・油揚げ・厚揚げ
みそ・しょうゆ