



## 5月分 給食献立表



大田区立志茂田小学校

日	曜	献立	栄養量(中学年)	
			エネルギー kcal	たん白質 g
9	火	コーンカレーライス ふくじんづけ ぎゅうにゅう ツナサラダ	708	21.1
10	水	こうやめし ぎゅうにゅう やきざかな けんちんじる	638	27.1
11	木	ごまトースト ぎゅうにゅう レンズまめのシチュー グリーンサラダ	664	22.7
12	金	ジャージャーめん ぎゅうにゅう フレンチポテト くだもの	642	23.6
15	月	マーボーどうふどん ぎゅうにゅう めかたまスープ やさいのすじょうゆかけ	632	26.3
16	火	ごはん ぎゅうにゅう さけのさいきょうやき ごまあえ ひじきとだいずのもの	580	28.6
17	水	<u>♪かみかみ給食♪</u> キムたくごはん ぎゅうにゅう だいずとごまかなのかわりあげ マロニースープ	611	23.0
18	木	<u>♪食育の日給食&amp;4・5月バースデー給食♪</u> ムロアジいりスパゲティミートソース ぎゅうにゅう コールスローサラダ こまつなケーキ	715	27.3
19	金	<u>♪志茂田中学校体育祭を応援しよう給食♪</u> みそかつどん ぎゅうにゅう わかめスープ こうはくゼリー	659	21.6
22	月	えびピラフ ぎゅうにゅう タンドリーチキン やさいスープ	609	26.5
23	火	やきそば ぎゅうにゅう じゃがいものチリソース ジュリエンヌスープ	561	21.3
24	水	ごはん ぎゅうにゅう のりのつくだに とりにくとじゃがいものうまに ししゃものオランダあげ くだもの	602	22.1
25	木	セルフハンバーガー ぎゅうにゅう ポトフ くだもの	687	31.7
26	金	じゃこわかめごはん ぎゅうにゅう ちぐさやき はるやさいのみそしる くだもの	631	27.9
29	月	ぶたにくとピーマンのちゅうかどん ぎゅうにゅう たまごスープ もずくのすのもの	597	22.6
30	火	ミルクパン ぎゅうにゅう さかなのバーベキューソースかけ チーズポテト トマトスープ	592	25.9
31	水	さんさいおこわ ぎゅうにゅう ジャンボぎょうぎのあまずあんかけ すましじる	660	23.8

※かみかみ給食:かみごたえのある食材を使用します。よくかんで食べることを特に心がけてください!

※食育の日給食:毎月19日は食育の日です。東京都でとれる食材を紹介します。

※バースデー給食:その月の誕生日の人をお祝いする日です。給食室手作りケーキをプレゼントします。