令和7年度　5月の給食

豊島区立池袋本町小学校

日/曜日	献立	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	行事等
1 木	牛乳 チキンカレーライス パリパリ温野菜 オレンジゼリー	牛乳, 鶏肉, 寒天	こめ, じゃが芋, 小麦粉, ワンタンの皮, 油, 砂糖, ごま油	生姜, にんにく, 玉葱, 人参, キャベツ, きゅうり, もやし, オレンジ	
2 金	緑茶　中華おこわ かつおの竜田揚げ こどもの日汁 キャベツのおひたし	鶏肉, 油揚げ, かつお, かまぼこ 八十八夜・こどもの日メニュー	こめ, もち米, ごま油, 砂糖, でん粉, 油	人参, ごぼう, 生姜, 大根, 長ねぎ, 小松菜, キャベツ, コーン, もやし 東京都産　小松菜　使用予定	端午の節句
7 水	牛乳 ハンガリアンシチューライス フレンチサラダ でこぽん	牛乳, 鶏肉, ハム	こめ, じゃが芋, 砂糖, 米粉, 油	人参, 玉葱, パセリ, マッシュルーム, トマト, キャベツ, きゅうり, デコポン	
8 木	牛乳　ご飯 ホッケのみそﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き(卵乳不使用) 野菜けんちん汁 磯部和え	牛乳, ホッケ, みそ, 豆腐, 油揚げ, 海苔	こめ, 油, 卵不使用マヨネーズ, じゃが芋, こんにゃく	ピーマン, 人参, 玉葱, 大根, 長ねぎ, キャベツ, 小松菜 東京都産　小松菜　使用予定	
9 金	牛乳 チャーハン わかめ卵スープ ビーフンソテー	牛乳, 鶏肉, わかめ, 卵, 豆腐, 豚肉	こめ, 油, ごま油, ごま, でん粉, ビーフン	人参, 玉葱, エリンギ, ピーマン, 長ねぎ, 生姜, にんにく, キャベツ, もやし	
12 月	牛乳 セルフチリビーンズサンド コーンチャウダー ハムとアスパラガスのサラダ	牛乳, 豚肉, 大豆, ひよこまめ, ﾍﾞｰｺﾝ, 鶏肉, 生クリーム, ハム	コッペパン, 油, 砂糖, 米粉, じゃが芋	生姜, 玉葱, 人参, グリンピース, トマト, コーン, キャベツ, アスパラガス	
13 火	牛乳　ご飯 肉豆腐 子持ちししゃもの磯辺揚げ 野菜の和え物	牛乳, 豚肉, 豆腐, こもちししゃも, 青のり コツコツ給食	こめ, 油, しらたき, 砂糖, 小麦粉 東京都産　小松菜　使用予定	生姜, 人参, 白菜, 長ねぎ, さやいんげん, 小松菜, もやし, コーン	
14 水	牛乳 スタミナうどん じゃが丸ﾁｰｽﾞ キャベツの和え物	牛乳, 豚肉, チーズ	うどん, 油, 砂糖, ごま, ごま油, じゃが芋, でん粉	長ねぎ, 生姜, にんにく, 人参, もやし, 大根, ほうれん草, キャベツ, コーン	
15 木	牛乳 豚キムチ丼 春雨スープ 冷凍みかん	牛乳, 豚肉, 鶏肉	こめ, 油, 砂糖, でん粉, ごま油, 春雨	にんにく, 玉葱, 白菜, 長ねぎ, キムチ, にら, 人参, しめじ, チンゲンサイ, （冷）みかん	
16 金	牛乳　チキンライス かぶのスープ ポテトカルボナーラ風 リンゴゼリー	牛乳, 鶏肉, ひよこまめ, ベーコン, 生クリーム, チーズ, 寒天	こめ, 油, 砂糖, じゃが芋	トマト, 玉葱, 人参, ピーマン, マッシュルーム, にんにく, コーン, かぶ, 枝豆, りんご	
19 月	牛乳 鶏坦々麺 青のりビーンズポテト ニューサマーオレンジ	牛乳, 鶏肉, 大豆, 青のり	中華めん, 油, 砂糖, ごま, じゃが芋, でん粉	にんにく, とうがらし, 生姜, 長ねぎ, チンゲンサイ, ザーサイ, ニューサマーオレンジ	
20 火	牛乳 コーンピラフ 春野菜のクリームシチュー 枝豆サラダ	牛乳, 鶏肉, ベーコン, 生クリーム, チーズ	こめ, 油, じゃが芋, 米粉, 砂糖	玉葱, 人参, コーン, ピーマン, アスパラガス, キャベツ, マッシュルーム, もやし, 枝豆	
21 水	牛乳　ご飯 鶏肉とコーンの揚げ煮 えのきの味噌汁 甘夏	牛乳, 鶏肉, 豆腐, 油揚げ, みそ	こめ, でん粉, 油, じゃが芋, 砂糖 東京都産　小松菜　使用予定	にんにく, 生姜, さやいんげん, 人参, コーン, えのきたけ, 小松菜, 長ねぎ, 甘夏	
22 木	牛乳 鮭ピラフ 肉団子のスープ 切り干し大根のベーコンソテー	牛乳, 生鮭, 鶏肉, 大豆, おから, ベーコン	こめ, 油, じゃが芋, でん粉 東京都産　小松菜　使用予定	にんにく, 玉葱, しめじ, マッシュルーム, パセリ, 人参, キャベツ, えのきたけ, 大根, 小松菜	
23 金	牛乳　ビビンバ風ご飯 ワンタンスープ ナムル カルピスゼリー	牛乳, 鶏肉, みそ, 豚肉, 寒天, カルピス	こめ, 油, 砂糖, ごま油, ワンタンの皮, ごま	生姜, にんにく, 人参, 大根, 小松菜, 白菜, えのきたけ, もやし, 長ねぎ, みかん, パイン	
26 月	牛乳 フレンチトースト トマトチキンシチュー ひよこ豆サラダ	牛乳, 卵, 鶏肉, ガルバンゾー（ひよこまめ）	食パン, 砂糖, バター, 油, じゃが芋, 小麦粉	にんにく, 人参, 玉葱, セロリ, マッシュルーム, トマト, グリンピース, キャベツ, コーン	
27 火	牛乳　ご飯 大徳寺揚げ キャベツの味噌汁 じゃこ入りサラダ	牛乳, 鶏肉, 油揚げ, みそ, じゃこ	こめ, じゃが芋, 砂糖, でん粉, 油, ごま油, ごま	エリンギ, 人参, 生姜, キャベツ, 長ねぎ, もやし	
28 水	牛乳　わかめしらすごはん 鶏のみそ焼き 大根の味噌汁 ひじきの炒り煮	牛乳, わかめ, しらす干し, 鶏肉, みそ, 油揚げ, わかめ, 干ひじき, 大豆	こめ, ごま油, 油, 砂糖	大根, 人参, 長ねぎ	
29 木	牛乳 親子丼 わかめと豆腐の味噌汁 冷凍みかん	牛乳, 鶏肉, 油揚げ, 卵, 豆腐, わかめ, みそ	こめ, 砂糖, でん粉	玉葱, 人参, みつば, 長ねぎ, みかん	
30 金	牛乳　ご飯 揚げ魚のたれかけ かぶと卵の味噌汁 小松菜のおかか和え	牛乳, たら, 卵, 油揚げ, わかめ, みそ, かつお節	こめ, でん粉, 油, 砂糖, はちみつ 東京都産　小松菜　使用予定	生姜, にんにく, 長ねぎ, かぶ, 人参, えのきたけ, もやし, 小松菜	

※献立は都合により変更することがあります。あらかじめご了承ください。

〈今月の給食指導目標〉

手洗(てあら)いは石鹸(せっけん)をつけて
ていねいにしよう

5月の平均
エネルギー　：６２８kcal
たんぱく質　：２６．６g
脂　質　　：２０．７g