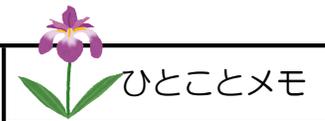




# れいわ 4ねん 5かつ こんだてひょう

日野市立日野第三小学校



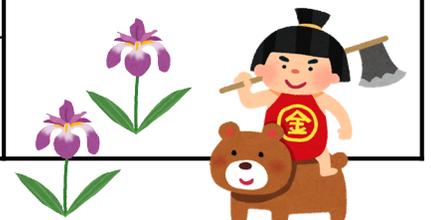
	こんだてめい	きゅうにゅう	あかのなかま ちやにくになる	きいろのなかま ねつやちからの もとなる	みどりのなかま からだのちようしを ととのえる	エネルギー たんぱくし しつ	ひとことメモ
2月	ごはん ししゃものりよくちやあげ アスパラガスのごまあえ いなかじる	○	いんようぎゅうにゅう、し しゃも、とうふ、あぶらあげ、 みそ	こめ、こむぎ、あげあぶら、 さとう、ごま、じゃがいも、こ んにやく	キャベツ、にんじん、きゅう り、アスパラガス、ごぼう、だ いこん、ねぎ	577 kcal 24.8 g 22.1 g	<p><b>2日(月)</b> 5月2日は雑節の一つである八十八夜です。立春から数えて、88日目にあたり ます。暦の上ではこの日から夏になり、 農作業を始める目安とされています。 この日に摘んだお茶を一番茶(新茶とも いいます)として飲むと、一年間無病息 災でいられると伝えられています。 この日は、ししゃもの衣に挽茶を加えて お茶の風味を味わってもらふ献立を立て ました。八十八夜ならではの、爽やかな 香りを楽しんでください。</p>
6金	マーボー豆腐どん ちゅうかサラダ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、とうふ、みそ、ローズハ ム、テンメンジャン、トウバ ンジャン	こめ、あぶら、ごまあぶら、か たくりこ、はるさめ、さとう	しょうが、にんにく、ほししいた け、にんじん、ゆでたけのこ、ね ぎ、にら、もやし、キャベツ、こま つな、きよみオレンジ(よてい)	558 kcal 22.9 g 18.1 g	
9月	ハヤシライス ゆでそば キャベツとベーコンのスープ	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、ベーコン	こめ、あぶら、じゃがいも、こ むぎ、バター	にんにく、たまねぎ、にんじ ん、トマト、そば、キャベ ツ、パセリ	584 kcal 23.2 g 16.8 g	
10火	ごはん さかなのやくみゆき きりほしたいこんのちゅうかあますあえ キャベツとあつあげのみそしる	○	いんようぎゅうにゅう、さば (よてい)、なまあげ、わかめ、み そ、トウバンジャン	こめ、さとう、ごまあぶら、さ とう、ごま	にんにく、しょうが、ねぎ、き りほしたいこん、にんじん、 きゅうり、キャベツ、こまつ な、えのきたけ	532 kcal 25.3 g 20.5 g	
11水	たまごとうどん のりすあえ レーズンむしパン	○	いんようぎゅうにゅう、とり にく、なると、あぶらあげ、た まご、のり、ピザチーズ、ちよ うりようぎゅうにゅう	うどん、かたくりこ、ごま、こ むぎ、バター、さとう	しいたけ、にんじん、えのき だけ、ばんのうねぎ、ねぎ、も やし、キャベツ、あかパプリ カ、こまつな、レーズン	563 kcal 21.9 g 18.7 g	
12木	じゃこいりまめわかごはん せいだのたまじ かきたまじる	○	いんようぎゅうにゅう、だい ず、たきこみわかめ、ちりめ んじゃこ、みそ、とりにく、と うふ、たまご	こめ、ごま、じゃがいも、あげ あぶら、さとう、かたくりこ	にんじん、ばんのうねぎ、ね ぎ、しめじ、チンゲンサイ	559 kcal 20.9 g 19.6 g	
13金	ピピンバ じゃこたまめのカリカリあげ ワントンスープ	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、あぶらあげ、だいず、ち りめんじゃこ、トウバンジャン	こめ、あぶら、さとう、ごまあ ぶら、ごま、かたくりこ、あげ あぶら、ワントンのかわ	にんにく、しょうが、ゆでた けのこ、にんじん、もやし、こ まつな、ほししいたけ、ねぎ、 チンゲンサイ	553 kcal 25.5 g 20.3 g	
16月	きんぴらどん からしあえ とうふともすくのみそしる	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、とりにく、だいず、みそ、 とうふ、あぶらあげ、もすく	こめ、おむぎ、ごまあぶら、 さとう、あぶら、かたくりこ	ごぼう、にんじん、こまつな、しよ うが、たまねぎ、ほししいたけ、も やし、キャベツ、だいこん、ねぎ、 えのきたけ	544 kcal 25.1 g 18.7 g	
17火	ごはん ちぐさやき キャベツとコーンのソテー やさいたつぷりのかすじる	○	いんようぎゅうにゅう、とり にく、たまご、あぶらあげ、み そ	こめ、あぶら、さとう、こん にやく	たまねぎ、あかパプリカ、ほしし いたけ、ばんのうねぎ、キャベツ、 チンゲンサイ、ホールコーン、だ いこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、 こまつな、しいたけ	539 kcal 23.4 g 18.9 g	
18水	ごはん かつおのごまがらめ キャベツとこまつなのサラダ むらくもスープ	○	いんようぎゅうにゅう、かつ お、とりにく、とうふ、たまご	こめ、かたくりこ、あげあぶ ら、さとう、ごま、あぶら	にんにく、しょうが、キャベツ、こ まつな、あかパプリカ、ホール コーン、たまねぎ、にんじん、チ ンゲンサイ、ねぎ	555 kcal 29.1 g 16.5 g	
19木	セサミトースト だいずサラダ トマトシチュー	○	いんようぎゅうにゅう、だい ず、ぶたにく、ピザチーズ、ク リーム	しょくパン、バター、はちみ つ、ごま、あぶら、さとう、じゃ がいも、こむぎ	きいろパプリカ、きゅうり、 キャベツ、レモン、たまねぎ、 にんじん、しめじ、マッシュ ルーム、トマト	542 kcal 21.7 g 23.6 g	
20金	カレーピラフ ポテトオムレツ とうにゅうスープ	○	いんようぎゅうにゅう、とり にく、たまご、ピザチーズ、 ベーコン、とうにゅう	こめ、あぶら、バター、じゃが いも、さとう、かたくりこ	にんにく、にんじん、たまねぎ、あ かパプリカ、マッシュルーム、さ やいんげん、しめじ、ホールコー ン、クリームコーン、パセリ	575 kcal 24.4 g 22.7 g	
23月	ジャーランドウフどん くきわかめとやさいのサラダ	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、なまあげ、みそ、はっ ちょうみそ、くきわかめ、あ ぶらあげ、トウバンジャン	こめ、あぶら、こんにやく、さ とう、ごまあぶら、かたくり こ、ごま	しょうが、にんにく、ほししいた け、にんじん、ゆでたけのこ、ね ぎ、にら、きゅうり、ホールコーン	558 kcal 25.5 g 20.9 g	
24火	ごはん あつあげのねぎソース アーモンドあえ こんさいのごまじる	○	いんようぎゅうにゅう、なま あげ、とうふ、あぶらあげ、み そ	こめ、ごまあぶら、あぶら、さ とう、ダイスアーモンド、こ んにやく、じゃがいも、ごま	たまねぎ、しょうが、キャベ ツ、もやし、にんじん、ごぼう、 だいこん、えのきたけ、ねぎ	555 kcal 21.8 g 22.3 g	
25水	えびピラフ こまつなとじゃがいものチーズやき トマトとレタスのスープ	○	いんようぎゅうにゅう、むき えび、ベーコン、ピザチーズ、 とりにく、たまご	こめ、あぶら、バター、じゃが いも、かたくりこ	たまねぎ、あかパプリカ、 マッシュルーム、さやいんげ ん、こまつな、ホールコーン、 トマト、レタス	537 kcal 23.4 g 20.0 g	
26木	ごはん いかのねぎみそやき こんにやくのしょうゆいため てづくりつみれのみそしる	○	いんようぎゅうにゅう、い か、みそ、ぶたにく、あじす りみ	こめ、あぶら、こんにやく、さ とう、ごまあぶら、かたくり こ	しょうが、にんにく、ねぎ、に んじん、ホールコーン、こま つな、だいこん、しめじ、ごぼ う、ばんのうねぎ	548 kcal 29.3 g 14.5 g	
27金	スパゲティアーラピエータ じゃがいものハニーサラダ	○	いんようぎゅうにゅう、ペ ーコン、いか、むきえび	スパゲティ、オリーブあぶ ら、バター、こむぎ、じゃが いも、あげあぶら、はちみつ、 あぶら	パセリ、にんにく、にんじん、 たまねぎ、トマト、ホールト マト、マッシュルーム、キャ ベツ、きゅうり	600 kcal 22.9 g 22.2 g	
30月	ポークカレーライス コーンサラダ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう、ぶた にく、ピザチーズ	こめ、あぶら、じゃがいも、バ ター、こむぎ、さとう	にんにく、しょうが、たまね ぎ、にんじん、りんご、ホール コーン、キャベツ、きゅうり、 メロン(よてい)	581 kcal 19.6 g 17.0 g	
31火	ごはん ぎせいでんぷ はるさめいりやさいソテー こまじる	○	いんようぎゅうにゅう、とり にく、とうふ、ひじき、たまご、 ぶたにく、なまあげ、みそ	こめ、さとう、あぶら、はるさ め、じゃがいも、こんにやく	ゆでたけのこ、にんじん、ば んのうねぎ、しょうが、ねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、ご ぼう、はくさいキムチ	553 kcal 25.5 g 19.1 g	

**<5月使用予定の日野市産食材>**  
たまご トマト  
こまつな

**<給食費のお知らせ>**  
先月の献立表でお知らせしましたとおり、  
今月から給食費の引き落としが始まりま  
す。今月は、5月12日(木)が引き落とし  
日となっております。

今回の引き落とし金額は、4月分と5月  
分をまとめて徴収させていただいたため、  
1、2年生 8,200円  
3、4年生 8,940円  
5、6年生 9,640円 となります。  
引き落としの際、55円の手数料がかか  
りますので、御承知おきください。

指定口座の残高に不足がないよう、御確  
認をお願いいたします。



\* 献立は都合により変更する場合があります。あらかじめ、御了承ください。  
\* 給食の詳細は、学校ホームページに掲載しています。ぜひ、御覧ください。