

日	曜日	献立	おもな食品				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			血や肉や骨を作る	熱や力のもとになる	体の調子をととのえる	その他(調味料)	
10	金	ちらしずし とりにくのからあげ やさしいあえもの	牛乳 高野豆腐 油揚げ のり 鶏肉	ごま油 アーモンド油 米 油 砂糖 ごま ごま油 でん粉 小麦粉 油 砂糖	かんぴょう にんじん 干しいたけ たけのこ さやいんげん にんにく 生姜 キャベツ きゅうり にんじん	酒 酢 塩 しょうゆ 塩 酒 しょうゆ しょうゆ みりん	610 25.9
13	月	キムチチャーハン はるさめスープ ヨーグルト	牛乳 豚肉 鶏卵 鶏肉 乳製品 寒天	米 麦 油 ごま油 緑豆春雨 ごま油 砂糖	白菜キムチ(白菜 大根 にんにく にんじん 長ねぎ 生姜) にはら にんじん 干しいたけ たけのこ もやし 長ねぎ 小松菜	しょうゆ 塩 酒 塩 こしょう しょうゆ しょうゆ	610 23.3
14	火	きつねうどん ちくわのいそべあげ ごまあえ	牛乳 油揚げ 竹輪 青のり	冷凍うどん 砂糖 小麦粉 油 砂糖 ごま	にんじん 長ねぎ もやし 小松菜 にんじん	しょうゆ 酒 みりん 塩 しょうゆ 酒	590 26.4
15	水	カレーライス ツナサラダ	牛乳 豚肉 ツナフレーク ひじき	米 麦 油 小麦粉 はちみつ じゃがいも 油 砂糖	玉ねぎ にんにく 生姜 にんじん きゅうり キャベツ 玉ねぎ	ぶどう酒 ケチャップ ウスターソース 中濃ソース しょうゆ カレー粉 塩 こしょう	680 22.3
16	木	スパゲティミートビーンズソース やさしいサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 チーズ 大豆	スパゲティ 油 小麦粉 砂糖 油	生姜 にんにく 玉ねぎ にんじん セロリー キャベツ きゅうり にんじん レモン果汁	ぶどう酒 トマトピューレ ケチャップ 中濃ソース ウスターソース 塩 こしょう しょうゆ	616 28.6
17	金	むぎごはん しぜんどうふ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐	米 麦 油 砂糖 でん粉 ごま油 砂糖 ごま油	生姜 にんにく 長ねぎ 干しいたけ にんじん にはら もやし 小松菜 にんじん にんにく	トウモロコシ 酒 しょうゆ ソメイジヤン しょうゆ ラー油	596 26.3
20	月	はちみつレモントースト ホワイトシチュー コーンサラダ	牛乳 鶏肉 牛乳 生クリーム	小麦粉 マーガリン 砂糖 はちみつ 油 じゃがいも 小麦粉 油 砂糖	レモン果汁 玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん	イースト 塩 塩 こしょう ぶどう酒 酢 しょうゆ しょうゆ 塩	652 21.7
21	火	とりそばうどん みそしる みかんゼリー	牛乳 鶏肉 鶏卵 油揚げ みそ 寒天 ゼリー	米 麦 油 砂糖 ごま 砂糖 みかんジュース	生姜 にんじん さやいんげん 大根 小松菜 長ねぎ	酒 みりん しょうゆ	616 29.4
22	水	ごもくごはん カジキのたつたあげ おひたし	牛乳 鶏肉 油揚げ カジキ	米 麦 油 砂糖 米粉 でん粉 油 砂糖	にんじん ごぼう 糸こんにゃく 生姜 小松菜 もやし えのきたけ	酒 みりん しょうゆ 酒 しょうゆ しょうゆ 酒	577 26.2
23	木	むぎごはん しらすのごまぶりかけ にくじゃが そくせきづけ	牛乳 しらす干し 豚肉	米 麦 ごま 油 じゃがいも 砂糖	しそ 糸こんにゃく にんじん 玉ねぎ さやいんげん きゅうり かぶ かぶの葉 にんじん	しょうゆ 酒 みりん 塩 しょうゆ	594 19.1
24	金	みそラーメン かんてんポンチ	牛乳 みそ 豚肉 寒天	蒸し中華めん ごま油 油 砂糖 はちみつ	にんにく 生姜 長ねぎ にんじん もやし とうもろこし キャベツ にはら もも缶 りんご缶	酒 しょうゆ こしょう トウモロコシ ぶどう酒	620 22.9
27	月	キャロットピラフ ぶたにくとキャベツのスープに (のむヨーグルト)	牛乳 鶏肉 豚肉 レバー入りウイナー 脱脂粉乳 全粉乳 生クリーム	米 麦 油 油 じゃがいも 砂糖 オリゴ糖	玉ねぎ にんじん セロリー とうもろこし 玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ	塩 こしょう ぶどう酒 しょうゆ ぶどう酒 塩 こしょう	561 24.2
28	火	たけのごはん さわらのさいきょうみそかけ いそかあえ	牛乳 油揚げ さわら 西京みそ のり	米 麦 油 でん粉 油 砂糖 米粉	たけのこ にんじん さやいんげん 小松菜 もやし にんじん	酒 みりん しょうゆ 酒 みりん しょうゆ しょうゆ 酒 みりん	591 25.3
29	水	しょうわ ひ 昭和の日					
30	木	セルフハンバーガー(こどもパン) (ハンバーグ・ゆでキャベツ) ABCスープ	牛乳 豚肉 鶏卵 鶏肉	小麦粉 砂糖 ショートニング 油 パン粉 油 アルファベットマカロニ	玉ねぎ 切干大根 キャベツ 玉ねぎ にんじん とうもろこし キャベツ ほうれん草	イースト 塩 塩 こしょう サラダ ケチャップ 中濃ソース ぶどう酒 ぶどう酒 塩 こしょう しょうゆ	592 27.9

いけだしょうがっこう まいにち きゅうしよく しゃしん み
●池田小学校のホームページで毎日の給食の写真が見られます



今日の給食



写真	こんだて
	十日のごはん すき焼き ごまあえ 写真
	おひたし 魚のさし身 栗のすまし汁 いちごゼリー 写真
	しょうゆラーメン ウイナーチーズオムレツ 写真

ひょう きゅうしよく
こんだて表・給食だより

月	給食だより	献立表	写真
4月	令和7年度の給食(持ち物・栄養・分譲)	献立表	写真
5月	運動と栄養・朝ごはんの大切さ・給食の様子	献立表	写真
6月	食育月間・よくかんで食べよう・5月の写真	献立表	写真
7月	夏休み明けの給食の様子・6月の写真・しじみ	献立表	写真

いけだしょう
池田小のホームページでは、
こんだてひょう きゅうしよく
献立表や給食だよりのほか、まい
にち きゅうしよく しゃしん きゅうしよく つく
日の給食の写真、給食を作って
ようす しょうかい
いる様子を紹介しています。
ぜひご覧ください。