



5月 新座市立野火止小学校 学校給食献立表

校長 若林 寿
栄養士 西川 聡子

令和8年度

日	曜	献立名	主な食品	栄養価			
				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
1	金	牛乳	鶏塩うどん(兜かまぼこ入り)	550	22.1		
			ツナと大根のサラダ				
			こいのぼりサブレ				
7	木	牛乳	豚肉と新ごぼうのまぜごはん	553	23.9		
			かきたま汁				
			うま塩キャベツ				
8	金	牛乳	麦ごはん・カレーじゃこふりかけ	604	25.7		
			赤魚の新玉ソースがけ				
			沢煮わん				
11	月	牛乳	ココアシュガートースト	666	25.0		
			ボークシチュー				
			グリーンサラダ				
12	火	牛乳	豚そぼろ丼	575	21.2		
			きゅうりのごましょうゆあえ				
			カルピスゼリー				
13	水	牛乳	照り焼きチキンとキャベツのスパゲティ	559	23.8		
			ファイバーサラダ				
			わかめごはん				
14	木	牛乳	鰻の狭山茶フライ	641	28.4		
			豚汁				
			チキンカレーライス				
15	金	牛乳	野菜のオニオンドレッシングあえ	664	21.6		
			麦ごはん				
			新じゃがのそぼろあんかけ				
18	月	牛乳	キムチスープ	673	21.3		
			野菜たっぷりラーメン				
			さわやか夏みかんゼリーポンチ				
19	火	牛乳	かつおごはん	574	19.0		
			かつおだしの旬みそ汁				
			かつおぶしサラダ				
20	水	牛乳	スクールメロンパン	570	23.2		
			新緑のポタージュ				
			からあげサラダ				
21	木	牛乳	中華風たきこみごはん	641	22.1		
			さばの竜田揚げ				
			にらともやしのナムル				
22	金	全校遠足のため、給食はありません。お弁当のご用意をお願いします。 雨天等で延期の場合、予備日は6月10日(水)です。					
		25	月	牛乳	うどん 削り節(混合) とり肉 たけのこ水煮 干しいたけ みりん しょうゆ 塩 ごま油	665	25.1
					たまごとお豆腐(ジャーチャンどうふ)		
	春雨サラダ						
26	火	牛乳	たまごとお豆腐(ジャーチャンどうふ)	568	20.3		
			春野菜のかき揚げ				
			冷凍みかん				
27	水	牛乳	ガーリックチキンライス	555	25.8		
			たまごとお豆腐(ジャーチャンどうふ)				
			親子豆サラダ				
28	木	牛乳	たまごとお豆腐(ジャーチャンどうふ)	641	28.6		
			春雨サラダ				
			こまつな和風パスタ				
29	金	牛乳	こまつな和風パスタ	576	21.3		
			コーンのサラダ				
			いちごの蒸しパン				
<p>※学校行事や野菜・果物の価格変動などの都合により、食材を変更することがあります。ご了承ください。</p> <p>※栄養価は中学年を基準にしています。低学年は0.8、高学年は1.2をかけた値が目安です。</p>				<p>今月の地産産 鈴木農園 …だいこん、かぶ 高橋農園 …こまつな</p>			
				平均	604	23.4	
				基準値	650	26.8	