

2026年

5月分給食献立 (1/2)



ノートルダム学院小学校

※毎日、おはし・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			調味料
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
7 (木)	ロールパン		○	○	○					ミルク ウィナー	ロールパン スパゲティ サラダ油	にんじん たまねぎ ピーマン だいこん えだ豆	しょうゆ ソース 砂糖 塩 酢 ケチャップ
	ミルク		○										
	ナポリタンスパゲティ			○	○			○					
	だいこんサラダ			○	○								
11 (月)	米飯								ミルク ほっけ 高野豆腐 わかめ	米飯 じゃがいも	にんじん たまねぎ しめじ こまつな	だし しょうゆ みりん 砂糖 酒 みそ	
	ミルク		○										
	ほっけの塩焼き							○					
	高野豆腐と野菜の煮物			○	○			○					
12 (火)	黒糖パン		○	○					ミルク ベーコン とり肉 生クリーム ツナ	黒糖パン じゃがいも サラダ油	にんじん たまねぎ ブロッコリー ほうれん草 もやし	コンソメ しょうゆ みりん 砂糖 酒 ホワイトルウ 塩 酢	
	ミルク		○										
	ベーコンシチュー	○	○	○	○			○					
	ほうれん草とツナのサラダ			○	○			○					
13 (水)	米飯								ミルク ぶた肉 豆腐	米飯 はるさめ ごま油 スイートポテト	にんじん はくさい しめじ たけのこ 青ねぎ きゅうり もやし きゃべつ	コンソメ しょうゆ 中華だし こしょう マヨネーズ 酢	
	ミルク		○										
	豆腐のスープ煮			○	○			○					
	はるさめのさっぱりあえ			○	○	○							
14 (木)	米飯								ミルク ぶた肉 焼ちくわ	米飯 サラダ油 発芽玄米ふりかけ ごま	にんじん たまねぎ ピーマン もやし 三度豆 土しょうが	しょうゆ 酒 みりん 砂糖 マヨネーズ	
	発芽玄米ふりかけ							○					
	ミルク		○										
	ぶたのしょうが焼き			○	○								
15 (金)	とりすき丼			○	○				ミルク とり肉 豆腐 ひきわり納豆 わかめ	米飯 こんにゃく 麩	にんじん たまねぎ はくさい こまつな もやし えのき	だし しょうゆ みりん 砂糖 酒 塩	
	ミルク		○										
	こまつなのなっとうあえ			○	○			○					
	ずまし汁			○	○			○					
18 (月)	米飯								ミルク 豆腐 かつおの漁師あげ	米飯 サラダ油 じゃがいも	にんじん たまねぎ ごぼう えだ豆 青ねぎ	だし しょうゆ みりん 塩 こしょう みそ マヨネーズ	
	ミルク		○										
	かつおの漁師あげ			○	○			○					
	根菜サラダ			○	○								
19 (火)	ミルクパン		○	○					ミルク ぶた肉 ハム 水煮大豆 いんげん豆 いんげん豆(赤・白) エジプト豆	ミルクパン	にんじん たまねぎ ダイストマト にんにく きゃべつ もやし ブロッコリー	コンソメ しょうゆ 塩 中華だし 砂糖 こしょう チリパウダー 酢 ケチャップ マヨネーズ	
	ミルク		○										
	チリコンカン			○	○			○					
	ハムサラダ	◎	○	○	○								

卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類





※毎日、おはし・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			調味料
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
20 (水)	中華卵とじ丼	◎		○	○	○				ミルク とり肉 卵 カニかま ハム	米飯 ごま ごま油 かたくり粉	にんじん たまねぎ はくさい チンゲン菜 もやし ほうれん草 青ねぎ にんにく	中華だし しょうゆ みりん 酒
	ミルク		○										
	もやしのナムル			○	○	○	○	○					
	中華スープ	○	○	○	○	○							
21 (木)	食パン		○	○	○				ミルク ぶた肉 チーズ	食パン ハネーソフト じゃがいも サラダ油	にんじん たまねぎ ブロッコリー カリフラワー きゃべつ コーン キウイ	コンソメ しょうゆ ハヤシルウ 砂糖 ケチャップ ソース 塩 こしょう 酢 中華だし	
	ハネーソフト												
	ミルク		○										
	ポークシチュー		○	○	○		○						
	コーンサラダ			○	○								
	キウイ												
25 (月)	米飯								ミルク ぶた肉 豆腐 塩こんぶ	米飯 はるさめ ごま油 いちごとみかんのゼリー	にんじん はくさい しめじ 切干だいこん 青ねぎ きゃべつ きゅうり	中華だし みそ コチュジャン キムチの素	
	ミルク		○										
	キムチ鍋			○	○	○							
	きゃべつときゅうりの塩こんぶあえ			○	○	○							
	いちごとみかんのゼリー												
26 (火)	レーズンロール		○	○	○				ミルク さけフライ ツナ ベーコン	レーズンロール サラダ油	にんじん たまねぎ きゃべつ コーン ほうれん草	コンソメ しょうゆ 砂糖 塩 ソース マヨネーズ 酢 酒	
	ミルク		○										
	さけフライ(マヨソース)			○	○		○						
	コールスローサラダ			○	○		○						
	コンソメスープ	○	○	○	○		○						
27 (水)	米飯								ミルク とり肉 えびボール うずら卵	米飯 こんにゃく	にんじん だいこん さといも ブロッコリー	だし しょうゆ みりん 砂糖 みそ 酒	
	ミルク		○										
	みそおでん	◎		○	○		○	○					
	ブロッコリーのおかかあえ			○	○		○						
28 (木)	山パン		○	○	○				ミルク ぶた肉	山パン いちごジャム ペンネ ごまドレッシング	にんじん たまねぎ ほうれん草 ホールトマト コーン	コンソメ しょうゆ ハヤシルウ ソース ケチャップ 塩 こしょう マヨネーズ 中華だし	
	いちごジャム												
	ミルク		○										
	ポロネーゼペンネ			○	○		○						
	ポパイサラダ			○	○	○							
29 (金)	ピタパン		○	○	○				ミルク ぶた肉 ベーコン	ピタパン じゃがいも	にんじん たまねぎ ピーマン ズッキーニ はくさい にんにく 土しょうが	コンソメ しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう ホワイトルウ 中華だし みりん 酒	
	ミルク		○										
	ひき肉と野菜のガパオ風	◎		○	○		○						
	はくさいとベーコンのクリームスープ	○	○	○	○		○						
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類				
												栄養平均量 637 Kcal 26.6 g 2.2 mg	

