

令和8年



がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう
学校給食献立予定表

湯河原町立東台福浦小学校

| にち 日 よう 曜 | こんだてめい | おもなしょくひん | | | エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 | こんだて メモ |
|--------------------|---|--|---|---|-----------------------------------|---|
| | | ねつ ちから 熱や力になる (黄) | ち にく 血や肉になる (赤) | からだちようし ととの 体の調子を整える (緑) | | |
| 1 金 | せきはん のむヨーグルト さかなのこうみやき さつきじる | こめ もちこめ ごま あぶら | あずき のむヨーグルト さば みそ わかめ とうふ かつおぶし さばぶし こんぶ | しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ しいたけ さやえんどう | 584Kcal 26.2g 13.9g 2.2g | たいめんきゅうしょく 対面給食 かいこうき ねん び 開校記念日 いわ きゅうしょく お祝い給食 |
| 7 木 | スイートコッペ ぎゅうにゅう クリスピーチキン やさいスープ | スイートコッペ こむぎこ クラッカー あぶら じゃがいも | ぎゅうにゅう とり にく たまご ウイナー | たまねぎ こまつな にんじん | 675Kcal 29.6g 28.3g 2.9g | |
| 8 金 | ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかふうに はるさめスープ | こめ おおむぎ あぶら さとう でんぶん はるさめ | ぎゅうにゅう なまあげ ぶた にく とり にく | にんじん しいたけ はくさい たまねぎ いら たけのこ しょうが ねぎ チンゲンサイ | 617Kcal 26.8g 18.3g 2.3g | たいめんきゅうしょく 対面給食 えんそく 1~3ねん |
| 11 月 | さんしょくどん ぎゅうにゅう わかめのみそしる | こめ おおむぎ さとう あぶら | たまご とり にく ぎゅうにゅう わかめ あぶら あげ みそ さばぶし かつおぶし | しょうが こまつな だいこん ねぎ | 563Kcal 25.7g 20.2g 2.5g | |
| 12 火 | きつねうどん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ | うどん さとう こむぎこ あぶら | とり にく かつおぶし さばぶし あぶら あげ ぎゅうにゅう ちくわ たまご あおのり | にんじん ねぎ こまつな | 516Kcal 22.8g 20.4g 2.4g | ①ちくわのあなは とおくをみるため にあいている。 〇か×か。 |
| 13 水 | えだまめとツナのごはん ぎゅうにゅう にくだんごのスープ ココアムース | こめ おおむぎ ココアムース | ツナ ぎゅうにゅう ぶた にく とり にく たまご | えだまめ キャベツ たまねぎ にんじん しょうが こまつな しいたけ | 651Kcal 27.6g 22.7g 1.8g | たいめんきゅうしょく 対面給食 |
| 14 木 | てりやきチキンバーガー ぎゅうにゅう コーンチャウダー | まるパン さとう でんぶん potato こむぎこ バター | milk とり にく | しょうが キャベツ onion にんじん とうもろこし | 682Kcal 34.2g 26.2g 2.9g | まいご ひ 英語の日 1~3ねん えんそく よ ひ び 遠足予備日 |
| 15 金 | ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものピリからひきにくに チンゲンサイのスープ | こめ おおむぎ じゃがいも あぶら さとう でんぶん | ぎゅうにゅう ぶた にく とうふ とり にく | にんにく しょうが にんじん たまねぎ さやいんげん チンゲンサイ ねぎ しいたけ | 570Kcal 23.1g 15.5g 2.6g | たいめんきゅうしょく 対面給食 |
| 18 月 | さかなのかばやきどんぶり ぎゅうにゅう とんじる | こめ おおむぎ こむぎこ でんぶん あぶら さとう ごま じゃがいも こんにゃく | あじ ぎゅうにゅう ぶた にく とうふ かつおぶし さばぶし みそ | しょうが だいこん にんじん ごぼう ねぎ | 635Kcal 28.3g 19.2g 2.3g | |
| 19 火 | ジャージャーめん ぎゅうにゅう たまごとコーンのスープ | ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん | ぶた にく とり にく みそ ぎゅうにゅう たまご | しょうが にんにく たまねぎ ねぎ にんじん たけのこ しいたけ こまつな とうもろこし えのきたけ | 604Kcal 29.2g 25.3g 2.8g | |
| 20 水 | ごはん ぎゅうにゅう ぶた にくのみそづけやき ごもくまめ | こめ おおむぎ さとう あぶら こんにゃく | ぎゅうにゅう ぶた にく みそ とり にく ちくわ だいず こんぶ | はねぎ しょうが にんじん ごぼう | 650Kcal 28.7g 25g 1.6g | たいめんきゅうしょく 対面給食 ランチルーム 6ねん |
| 21 木 | シナモンシュガートースト ぎゅうにゅう キャベツのクリームスープ マカロニサラダ | しょくパン バター さとう あぶら こむぎこ マカロニ | ぎゅうにゅう とり にく ハム | キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり | 655Kcal 26.3g 28g 2.5g | ②シナモンは 木のかわから つくられる。 〇か×か。 |

| にち 日 よ う 曜 | こんだてめい | おもなしょくひん | | | エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 | こんだて メモ |
|------------------------|---|---------------------------------------|---|---|-----------------------------------|---------------------------------------|
| | | ねつ ちから 熱や力になる (黄) | ち にく 血や肉になる (赤) | からだちょうし ととの 体の調子を整える (緑) | | |
| 22 金 | ごぼうのごまだれどんぶり ぎゅうにゅう みそしる きせつのかんきつるい | こめ おおむぎ こむぎこ でんぷん あぶら さとう ごま | ちくわ ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ かつおぶし さばぶし | ごぼう しょうが こまつな キャベツ たまねぎ えのきたけ かんきつるい | 651Kcal 22.1g 19.1g 2.4g | 6年生 修学旅行 給食試食会 |
| 25 月 | ぶたどん ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる | こめ おおむぎ こんにやく あぶら さとう じゃがいも | ぶたにく ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ さばぶし かつおぶし | たまねぎ にんじん エリンギ ごぼう こまつな | 620Kcal 24g 19.4g 2.1g | 6年生 修学旅行 振替休業日 |
| 26 火 | サンマーめん ぎゅうにゅう にくだんごのもちごめむし | ラーメン あぶら でんぷん もちごめ | ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ たまご | もやし にんじん たけのこ いら しょうが にんにく たまねぎ | 567Kcal 25.1g 19.4g 2.3g | ③サンマーメン にはサンマが はいっている。 Oか×か。 |
| 27 水 | ハヤシライス ぎゅうにゅう コールスローサラダ | こめ おおむぎ あぶら こむぎこ バター さとう | ぶたにく ぎゅうにゅう ベーコン | たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし | 589Kcal 25.1g 14.9g 2.1g | 対面給食 ランチルーム 5ねん |
| 28 木 | コッペパン ぎゅうにゅう スペインふうオムレツ チキンのハニーマスタードサラダ | コッペパン じゃがいも あぶら バター さとう はちみつ | ぎゅうにゅう たまご ぶたにく とりになく | たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり | 577Kcal 29.1g 25.7g 2.2g | |
| 29 金 | キムタクごはん ぎゅうにゅう トックのスープ げんきヨーグルト | こめ おおむぎ あぶら トック | ぶたにく とりになく ぎゅうにゅう ヨーグルト | はくさい たくあん にんじん こまつな キャベツ もやし しいたけ | 575Kcal 25.4g 13.8g 2.6g | 対面給食 |

※ 材料の都合により献立を変更することがあります。

(おしらせ)



1日(金) 開校記念日

東台福浦小学校の39回目のお誕生日のお祝いで「赤飯」が出ます。赤飯とは、お祝いのときに食べる特別なご飯です。あずきを入れて炊くので赤いご飯になります。ぜひ食べてくださいね。

22日(金) 給食試食会

学校給食を知っていただくために、全学年の保護者を対象に行います。(申し込みをされた方)

食育まんが 新茶の季節です

5月7日(木)に3年生が「茶つみ」に行きます。そのあと、農家さんがつんだお茶の葉を乾燥させたり、揉んだり、火入れを行ったりして、私たちが普段飲むお茶にしてくださいませ。新茶の香りを楽しんで、味わっていただきましょう。

5年生は、家庭科の授業でコンロでお湯を沸かしてお茶をいれました。おうちの方にもぜひお茶をいれてあげてくださいね。



(〇×クイズのこたえ)

①× さかなのすりみをぼうにまいてやくので、あながあきます。②〇 ③× よこはまうまれのやさいあんかけラーメンです。