

## 



TO 111	7年度 一			JAE	<b>4</b> 5		川上字	校給食セン	<i>フ</i> ダー
今月の 給食	正しい食事のマナーを身につけよう	こんだて 献立のねらい	おもなざいりょう ************************************						エネルギー (kcal) 小学校
目標	ぎゅうにゅう しおこうじ や	ぎょうじ しょく	体をつく 牛乳	る (赤) さわら	体の調子をと	とのえる(緑) えだまめ	エネルギー( 米	になる(黄)	中学校
1 (木)	たけのこごはん 牛乳 さわらの塩麹焼き	行事食 たんご せっく	あぶらあげ かまぼこ	とうふわかめ	キャベツ ほうれんそう	もやししめじ	ごま かしわもち	さとう	695
	ごま和え すまし汁 柏餅	「端午の節句」			ねぎ	たけのこ		+/+/	804
2 (金)	麦ごはん 牛乳 鶏のつくね煮	こめ かこうひん 米の加工品	牛乳 ぶた肉	とり肉 みそ	えのきたけ たまねぎ	こまつな ピーマン	米ビーフン	むぎ ごま油	657
	ごもくいた ビーフンの五目炒め じゃがいものみそ汁	「ビーフン」			キャベツ たけのこ	にんじん	じゃがいも		796
7 (水)	tぎ きゅうにゅう とりにく 麦ごはん 牛乳 えびと鶏肉のチリソース	世界の食事	牛乳 とり肉	えび わかめ	たまねぎ きゅうり	だいこん にんじん	米 ごま油	むぎ さとう	692
	<sup>はるきめ ぁ</sup> <sup>もの</sup> 春雨の和え物 わかめスープ	ちゅうごく 「中国」			キャベツ ねぎ	もやし	はるさめ	でんぷん	845
8 (木)	ッパ やまぶき ソフト麺の山吹ソースかけ 牛乳	りょうり なまえ 料理の名前	牛乳 ひよこまめ	ぶた肉	ブロッコリー たまねぎ	とうもろこし マッシュルーム	ソフトめん 油	こむぎこ	708
	ビーンズサラダ ミニりんごゼリー	ゃまぶき 「山吹ソース」			にんじん トマト	グリンピース カリフラワー	ゼリー		885
9 (金)	むぎ ぎゅうにゅう とりにく ちゃ い てん 麦ごはん 牛乳 鶏肉のお茶入り天ぷら	ぎょうじ しょく 行事食	牛乳 ちりめん	とり肉 とうふ	キャベツ にんじん	きゅうり たまねぎ	米 油	むぎ こむぎこ	661
	* to とうふ キャベツの酢の物 豆腐とわかめのすまし汁	はちじゅうはちゃ 「八十八夜」	わかめ		ねぎ	えのきたけ	さとう		801
12 (月)	<sub>ぎゅうにゅう</sub> クファージューシー 牛乳 しりしりサラダ		牛乳 ツナ	ぶた肉 もずく	] 干しいたけ えだまめ	ごぼう にんじん	米 こんにゃく	さとう	624
	もずく汁 シークワーサーゼリー	が縄県」	こんぶ	かまぼこ	キャベツねぎ	たまねぎ	ごま油 ゼリー	ŵ	737
13 (火)	こくとう ぎゅうにゅう 黒糖パン 牛乳 アスパラのシチュー	しゅんたもの	牛乳 八ム	ぶた肉	キャベツにんじん	ブロッコリー オレンジ	黒糖パンさとう	じゃがいも	693
	野菜サラダ オレンジ	「アスパラガス」	ЛΔ		たまねぎ	アスパラ	こむぎこ	マカロニ	852
14 (水)	おお	ただ はいぜん 正しい配膳と	牛乳	さば	とうもろこし いんげん	たけのこ	油 米	むぎ	666
	をはんの 中乳 とはめのただればが たけのこの土佐煮 沢煮椀	・・・。 盛り付け	みそ かつおぶし	ぶた肉 こんぶ	にんじん だいこん	ごぼう えのきたけ	でんぷん こんにゃく	さとう	804
15 (木)	ぎゅうにゅう ぶたにく やさい あまず いた	しょくじ かんしゃ	牛乳	ぶた肉	ねぎ たまねぎ	にんじん	米	むぎ	683
	しる やめ ちゃ		あつあげ みそ	わかめ	もやし ピ―マン	れんこん こまつな	さといも でんぷん	さとう ムース	802
16 (金)	みそ汁 八女茶ムース	あか しょくひん	牛乳	ぶた肉	ねぎ たまねぎ	<u>しめじ</u> にんじん	米	むぎ	660
	麦ごはん 牛乳 肉じゃが	赤の食品	なっとう くきわかめ	かまぼこ	グリンピース キャベツ	きゅうり	さとう こんにゃく	じゃがいも	795
	茎わかめの酢の物 なっとう	「納豆」	牛乳	とり肉	干しいたけ	にんじん	米	むぎ	
19 (月)	鶏そぼろ丼 牛乳 *** **** **************************	たの た 楽しく食べよう	たまごみそ	ちくわ とうふ	れんこん しゅうり	えだまめ	さとう		674
	酢みそ和え 豆腐汁	せかい しょくじ	あぶらあげ 牛乳	ぶた肉	キャベツ とうもろこし	たまねぎ たまねぎ	コッペパン		822
20 (火)	コッペパン 牛乳 チリコンカーン	世界の食事	きんときまめ だいず	200219	にんじん トマ		じゃがいもゼリー	さとう	682
	コーンサラダ フルーツポンチ むぎ ぎゅうにゅう とりにく だいず ぁ に	「アメリカ」	牛乳	۶ ۲	もも パイン な		米	むぎ	839
21 (水)	麦ごはん 牛乳 鶏肉と大豆の揚げ煮	食事のマナー	だいず	とり肉 わかめ	れんこん きゅうり	にんじん	さとう	でんぷん	665
	きゅうりとちりめんの酢の物 すまし汁	「箸のもち方」	ちりめん		だいこん ねぎ	えのきたけ	油	ঠ	811
22 (木)	きつねうどん 牛乳 ほうれん草のおひたし	おやつの役割	牛乳 かまぼこ	ぶた肉 あぶらあげ	たまねぎ ねぎ	にんじん ほうれんそう	うどん さつまいも	さとう	657
	さつま芋蒸しパン	「手作りの良さ」			もやし	干しいたけ	こむぎこ		811
23 (金)	※た	しょくひん かこう 食品の加工	牛乳 たまご	ぶた肉	たまねぎ はくさい	にんじん ねぎ	米 でんぷん	むぎ ごま油	626
	にら玉スープ	「キムチ」			きくらげ	にら	こむぎこ		782
26 (月)	<sub>ぎゅうにゅう</sub> ポークカレー 牛乳	けいしょく かた	牛乳 ハム	ぶた肉	たまねぎ きゅうり	にんじん キャベツ	米 さとう	むぎ じゃがいも	684
	ゃさい 野菜サラダ 梅ゼリー	軽食のとり方			グリンピース		油 ゼリー	こむぎこ	823
27 (火)	* ***ラニゅう ココア揚げパン 牛乳 ウインナーと	きしょべいん	牛乳 チーズ	ウィンナー	にんじん とうもろ <i>こ</i> し	たまねぎ ブロッコリー	コッペパン 油	マカロニ	662
	ゃきぃ 野菜のスープ煮 チーズ入りサラダ	「じゃがいも」			カリフラワー	いんげん	じゃがいも	さとう	814
28 (水)	<sup>56</sup> きゅうにゅう ** 麦ごはん 牛乳 さけのマヨネーズ焼き	たものやくわり	牛乳	さけ	たまねぎ ほうれんそう	キャベツ もやし	米 こんにゃく	むぎ さといも	666
	ごま和え 実だくさん汁	*************************************			にんじん チンゲンサイ	ごぼう ねぎ	ごまさとう	マヨネーズ	808
29 (木)	まゆうにゅう こうや どうふ やさい えんどうごはん 牛乳 高野豆腐と野菜の	きょうじしょく	牛乳 こうやどうふ	とり肉	えんどうまめ	<u>ねさ</u> 干しいたけ いんげん	米	じゃがいも	701
	た を ま まの よもぎだんご	しまれ しの み 「 <b>代満て</b> 」	さつまあげ	わかめ	だいこん にんじん キャベツ	たけのこ	さとうこんにゃく	しゃかいも だんご	827
		しゅん た もの 旬の食べ物	牛乳	かつお	キャベツ たまねぎ	ピーマン	米	むぎ	641
30 (金)	こまつな	「かつお」	あぶらあげ	みそ	こまつな しめじ ねぎ		油 でんぷん	じゃがいも さとう	781
	小松菜のおひたし みそ汁	ן מיר יויו			キャベツ	にんじん			, 01

☆天候等により献立を変更する場合があります。