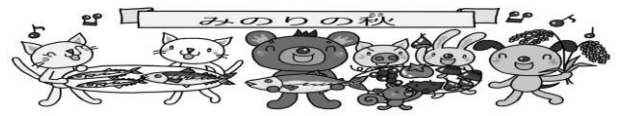


学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
17日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	22日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ		○			592	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			614
ごはん	アジフライ	40	○	○		小(高)	ごはん	たまご	30	○	○		小(高)
アジフライ	あぶら	2	○			656	ごはん	とりにく	30	○	○		692
はくさいと	はくさい・もやし	25			○	中・高	おやこに	じゃがいも	50	○		○	中・高
もやしの	にんじん	5			○	798	はるさめサラダ	たまねぎ	40			○	813
おひたし	しょうゆ5 みりん	0.5				✂	はるさめ	にんじん・こまつな	10			○	
どさんこじる	だしじる						はるさめ	ねぎ・しめじ	5			○	
	ぶたにく	10	○				さとう	さとう	5	○			
	とうふ	20	○				しょうゆ	しょうゆ	7				
	じゃがいも	30	○				さけ・みりん	さけ・みりん	1				
	たまねぎ	20			○		だしじる						
	にんじん・ねぎ	10			○								
	ホールコーン	10			○								
	みそ	8			○								
	しょうゆ・さけ	1			○								
	だしじる												
18日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	23日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	65	○			570	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			640
あらしずし	だしこんぶ					小(高)	だいずと	あいびきミンチ	20	○	○		小(高)
きぎみのり	す 10 しお		○			651	こんさいの	だいずみずに	15	○			734
きのこじる	さとう	6	○			中・高	ドライカレー	ごぼう・だいこん	20			○	中・高
りんごゼリー	たまご	15	○			778	ツナと	にんじん・れんこん	15			○	882
	あぶら	2	○				キャベツの	たまねぎ	40			○	
	にんじん・たけのこ	5			○		サラダ	ソテードオニオン	5			○	
	ほししいたけ	1			○		さつまいもと	にんにく・しょうが	0.3			○	
	きやいんげん	10			○		くりのタルト	あぶら	0.5	○			
	こうやどうふ	5	○					カレールウ	8	○			
	かまぼこ	10	○					カレーこ	1				
	さとう	3	○					ウスターソース	5				
	しょうゆ5 みりん	3						ケチャップ	5				
	だしじる							とりがらスープ					
	きぎみのり							ツナかんづめ	10		○		
	とりにく	20	○					キャベツ	30			○	
	うすあげ	5	○					にんじん	10			○	
	さといも	20	○					ホールコーン	10			○	
	こまつな	10			○			イタリアンドレッシング	10	○			
	だいこん	20			○			さつまいもと				○	
	しめじ・なめこ	5			○			くりのタルト	30	○			
	えのきだけ	5			○								
	みそ	8			○								
	さけ 1 だしじる												
	りんごゼリー	80	○										
19日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	24日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			577	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			602
ごはん	ぶたミンチ	30	○			小(高)	ごはん	あじつけのり	1.5	○			小(高)
マーボー豆腐	とうふ	90	○			654	あじつけのり	はくさいキムチ	15			○	685
だいこんと	たまねぎ・はくさい	30			○	中・高	ぶたキムチ	ぶたにく	30	○			中・高
こんぶの	たけのこ・ねぎ	10			○	805	トックスープ	あつあげ	20	○			838
すのもの	にんにく・しょうが	0.3			○			キャベツ	30			○	
	あぶら・ごまあぶら	1	○					エリンギ・にら	5			○	
	あかみそ	6						だいずもやし	15			○	
	さとう	1.5	○					はるさめ	10	○			
	さけ しょうゆ	2	○					にんにく・しょうが	0.2			○	
	かたくりこ	2	○					あぶら	1	○			
	トウバンジャン							しょうゆ 3 さけ	1				
	とりがらスープ							ごまあぶら	1	○			
	ちくわ	10			○			トック	30	○			
	こんぶ	1			○			とりミンチ	5		○		
	だいこん	40			○			だいこん	20			○	
	にんじん	5			○			チンゲンさい	10			○	
	さとう	3	○					しょうゆ 3 さけ	1				
	す 6 しお							とりがらスープ					
								しお こしょう					

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

学校給食予定献立表

10月31日は



献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
25日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	30日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			578	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			607
ごはん	ほき	60		○			ごはん	はるまき	50		○		小(高)
しろみさかなの やさいあんかけ	しお こしょう					小(高)	あげはるまき	あぶら	2	○			678
じゃがいもと ほうれんそうの みそしる	かたくりこ・こめこ	4	○			644	ホイコーロー	ぶたにく	15		○		中・高
	あぶら	2		○			たまごと	あつあげ	20		○		798
	たまねぎ	20			○	中・高	わかめのスープ	キャベツ	20			○	798
	にんじん・ピーマン	5			○	787		ピーマン・にんじん	10			○	
	たけのこ	10			○			ほししいたけ	1			○	
	ほししいたけ	1			○			にんにく・しょうが	0.2			○	
	あぶら	0.5	○					あかみそ	3			○	
	さとう	1.5	○					しょうゆ・さけ	1			○	
	しょうゆ	3						さとう	1			○	
	みりん・さけ	1						あぶら	1			○	
	とりがらスープ							たまご	20			○	
	かたくりこ	1	○					わかめ	0.5			○	
	じゃがいも	20						ほうれんそう	10			○	
	ほうれんそう	10						たまねぎ	20			○	
	たまねぎ	20						しょうゆ1.5 さけ	1			○	
	うすあげ	10						とりがらスープ				○	
	みそ	8						しお こしょう				○	
	だしじる											○	
26日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	31日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	バターロール	30	○			625	ぎゅうにゅう	こめ	65	○			614
バターロール	スパゲティ	40		○			チキンライス	とりにく	20			○	
ミート	あいびきミンチ	20		○		小(高)	かぼちゃ	たまねぎ	30			○	小(高)
スパゲティ	たまねぎ	30			○	660	ハンバーグ	マッシュルーム	5			○	692
やさいスープ	にんじん	10			○		とりにくと きのこの クリームスープ	グリーンピース	5			○	中・高
りんごかんづめ	セロリ	5			○	中・高	パンプキン ババロア	ケチャップ	18			○	813
	マッシュルーム	5			○	799		オリーブオイル	3			○	
	ソテードオニオン	3			○			ウスターソース	1			○	
	にんにく	0.3			○			しょうゆ	0.3			○	
	オリーブオイル	3			○			しお こしょう				○	
	ケチャップ	15			○			かぼちゃハンバーグ	40			○	
	トマトピューレ	5			○			ハム	5			○	
	ウスターソース	1			○			キャベツ	20			○	
	あかワイン	2			○			たまねぎ	30			○	
	ベーコン	10			○			にんじん	5			○	
	キャベツ・たまねぎ	30			○			しめじ・えのきだけ	5			○	
	にんじん	10			○			なましいたけ	5			○	
	じゃがいも	30			○			あぶら	0.5			○	
	しろワイン	2			○			ホワイトルウ	5			○	
	とりがらスープ しおこしょう				○			とうにゅう	15			○	
	りんごかんづめ	40			○			とりがらスープ				○	
					○			しろワイン	1			○	
					○			しお こしょう				○	
					○			パンプキンババロア	30			○	
29日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	<div style="text-align: center;"> <h2>HALLOWEEN(ハロウィーン)</h2> <p>10月31日は『ハロウィーン』です。ハロウィーンは、キリスト教のカトリック教会などで祝われる万聖節(すべての聖者の霊を祭る日)で11月1日の前夜に行われます。その日は「ジャック・オ・ランタン」という、かぼちゃの中をくりぬいて顔を作った飾り物を家の軒下に置きます。夕暮れにはその中にろうそくを灯します。また子どもたちは仮装をして家々を回り、キャンディなどのお菓子をもらって楽しむそうです。ハロウィーンの行事が盛んなアメリカでは、その日は大人の人も仮装して仕事に出ることがあるそうです。</p> </div>						
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			616							
そぼろどんぶり	とりミンチ	50		○		小(高)							
はくさいと ちりめんじゃこの にびたし	だいずフレーク	5		○		709							
さつまいもの はちみつあえ	たまねぎ	50			○								
	にんじん	20			○								
	グリーンピース	10			○	中・高							
	しょうが	1			○	896							
	あぶら	1			○								
	さとう	6.5			○								
	しょうゆ	8			○								
	さけ・みりん	2			○								
	はくさい	40			○								
	こまつな	10			○								
	ちりめんじゃこ	5			○								
	しょうゆ2 さけ	1			○								
	だしじる				○								
	さつまいもの	40			○								
	あぶら	0.5			○								
	はちみつ	10			○								

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)