

学校給食予定献立表

ご入学・ご進級

おめでとうございます



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)
10日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	12日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			681	ぎゅうにゅう	しょうパン	50	○			590
ポークカレー	ぶたにく	40	○				イチゴジャム	イチゴジャム	15	○			
	じゃがいも	50	○			小(高)	しょうパン	とりにく	50	○			小(高)
	たまねぎ	40			○	736	いちょジャム	しお				644	
コールスロー	にんじん	15			○		いちょジャム	にんにく・しょうが	0.3			○	中・高
サラダ	グリーンピース	5			○	中・高	たンドリー	とうにゅう	8			○	中・高
	にんにく・しょうが	0.3			○	908	チキン	ケチャップ	5				846
イチゴゼリー	リンゴピューレ	4			○		ゆでやさい	ウスターソース	1.5				
	ソテードオニオン	5			○		コンソメスープ	レモンじる	0.5				
	あぶら	1	○					カレーこ					
	カレールウ	18	○					しるワイン	1				
	カレーこ							ブロッコリー	30				
	ウスターソース	1						さやいんげん	10				
	ケチャップ	1						きゅうり	10				
	とりがらスープ							ドレッシング	10	○			
	キャベツ	40			○			ベーコン	5				
	きゅうり	10			○			キャベツ・たまねぎ	30				
	にんじん	5			○			にんじん	10				
	ホールコーン	10			○			じゃがいも	30	○			
	あぶら	2	○					しろワイン	2				
	さとう	0.5	○					とりがらスープ					
	リングす	4						しお こしょう					
	しお こしょう												
	イチゴゼリー	40	○										
11日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	15日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			563	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			571
ごはん	とうふバーグ	50					ごはん	ぶたにく	30				
	あぶら	0.5	○			小(高)	ぶたにくと	あつあげ	40				小(高)
とうふバーグ	ぎゅうにく	10	○			631	あつあげの	キャベツ	40				651
	ごぼう	20			○		みそいため	たまねぎ	30				
ごもくきんぴら	にんじん・ピーマン	10			○	中・高	こんぶと	ピーマン・にんじん	10				中・高
わかめスープ	こんにゃく	10			○	768	はるさめの	たけのこ	15				805
	あぶら	1	○				すのもの	ほししいたけ	1				
	さとう	3	○					にんにく・しょうが	0.3				
	しょうゆ	3						あぶら	1	○			
	さけ	2						みそ	1				
	ぶたミンチ	5			○			あかみそ	3				
	わかめ	0.5			○			さとう	3	○			
	こまつな	10			○			しょうゆ	2				
	だいこん・もやし	20			○			さけ・みりん	1				
	ねぎ	5			○			かたくりこ	1	○			
	しょうが	0.3			○			はるさめ	8	○			
	あぶら	0.5	○					こんぶ	0.7				
	しょうゆ	2						ハム	5				
	さけ	1						きゅうり	10				
	とりがらスープ							す	4				
	しお こしょう							さとう	2.5	○			
								しょうゆ	2				
								しお					

ソテードオニオン
せんしゅうとれた甘
は泉州でとれた甘
みのあるたまねぎを
いた炒めたものです。

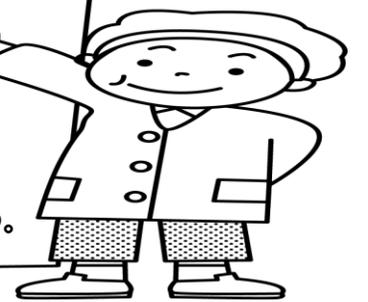


しんねんどはじ
新年度が始まりました。子どもたちがげんきに
がっこうせいおく
学校生が送れるよう、安全・安心でおいしい給
あんぜん あんしん
食を作っていきます。おも
ご理解とご協力をお願い
いたします。



きゅうしょくのやくそくを まもりましょう!

- ★てをきれいにあらいましょう。
- ★マスク・エプロン・さんかくきんなどを
かならずつけましょう。
- ★「いただきます」「ごちそうさま」の
あいさつをわすれずにしましょう。
- ★のこさずたべましょう。
- ★ともだちやせんせいとたのしくたべましょう。
- ★かえしかたをきちんとしましょう。



(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



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)
16日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	18日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			575	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			585
チキンライス	とりにく	30		○		小(高)	ごはん	にくだんご	40		○		小(高)
	たまねぎ	30			○	621		あぶら	2		○		667
ほうれんそうと じゃがいもの クリームスープ	マッシュルーム	5			○		にくだんごの すぶたふうに	たまねぎ	50			○	
	グリーンピース	5			○	中・高		にんじん	15			○	825
	オリーブオイル	3				767		たけのこ	15			○	
	ケチャップ	18						ピーマン	15			○	
	ウスターソース	1						ブロッコリー	30			○	
みかんかんづめ	しょうゆ	0.3						きりぼし	0.3			○	
	しお							だいこんの ピリからいため	1	○			
	こしょう							さとう	6	○			
	ほうれんそう	10			○			す	7				
	クリームコーン	30			○			しょうゆ	5				
	たまねぎ	40			○			さけ	2				
	パセリ	0.3			○			とりがらスープ					
	じゃがいも	30	○					かたくりこ	3	○			
	あぶら	0.5	○					くきわかめ	5		○		
	ホワイトルウ	6	○					きりぼしだいこん	8			○	
	とうにゅう	10		○				にんじん	10			○	
	しお							こまつな	10			○	
	こめこ	1	○					あぶら	1.5	○			
	みかんかんづめ	30			○			さとう	1	○			
								す	1				
								しょうゆ	3				
								トウバンジャン					
17日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	19日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	おさつパン	50	○			548	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			591
	ウインナー	30		○		小(高)	とりミンチ	とりにく	45		○		小(高)
おさつパン	じゃがいも	50	○			622	だいずミンチ	5			○		641
	たまねぎ	40			○		たまねぎ	50				○	
ポトフ	にんじん	20			○	中・高	にんじん	20				○	
	キャベツ	40			○	819	しょうが	1				○	
	ブロッコリー	20			○		グリーンピース	5				○	
だいこんの ピクルス	とりがらスープ						あぶら	1	○				
	しろワイン	2					さとう	6	○				
	しお						しょうゆ	7					
	こしょう						さけ・みりん	2					
	だいこん	40			○		とうふ	20					
	にんじん	10			○		もやし	20		○			
	きゅうり	10			○		チンゲンさい	10					
	さとう	5	○				ねぎ	5					
	オリーブオイル	2	○				あぶら	0.5					
	す	6					みそ	6	○				
	しお						あかみそ	2		○			
	こしょう						さけ	2					
							とりがらスープ						
							こしょう						

給食の内容は

ぎゅうにゅう

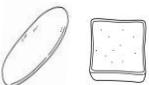


まいにち1ぼんつきます。のこさずのみましよう。

パン



(週1~2回)



コッペパン、しょくパン、こくとうパン、レーズンパン、フルーツミックスパン、キャロットパン、チーズパン、こめこパンなどがあります。

ごはん



(週3~4回)



しろいごはん、カレーライス、たきこみごはん、いろいろなどんぶりやまぜごはんなどがあります。

【滋賀県産キヌヒカリの胚芽米を使用しています。】

おかず



いろいろなやさいやにくるい・さかな・とうふ・あげ・たまご・かいそう・きのこ・まめるいがはっています。にも・あげもの・やきもの・いためもの・サラダ・あえものなどのりょうりになってできます。

めんるい



(月1~2回)

スパゲティ、やきそば、うどん、さらうどんなどがあります。

デザート



ゼリー、ヨーグルト、くだものなどがつきます。

献立表は、毎月2回、給食だよりは毎月1回発行します。

学校給食は、みなさんのからだの成長や健康の維持に必要な栄養

素がたくさん入っています。

残さないようにしっかり食べて

ください。



給食の分量は小学部(1~3年)は小学部(4~6年)の約9割、中学部・高等部は約1.3倍になります。

(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。)