

# 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)
15日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	18日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			562	ぎゅうにゅう	こめこナン	50	○			601
ハムピラフ	ハム	30		○			こめこナン	あいびきミンチ	50		○		
ABCマカロニ	たまねぎ	30			○	小(高)	だいずみずに	だいずみずに	20		○		小(高)
スープ	ホールコーン	10			○	607	たまねぎ	たまねぎ	50			○	671
	オリーブオイル	2	○				にんじん	にんじん	15			○	
	しろワイン	2				中・高	セロリ	セロリ	5			○	849
	しお こしょう					737	マッシュルーム	マッシュルーム	5			○	
みかんかんづめ	とりにく	20		○			トマトみずに	トマトみずに	20			○	
	ABCマカロニ	10	○				にんにく・しょうが	にんにく・しょうが	0.5			○	
	たまねぎ	30			○		あぶら	あぶら	1	○			
	キャベツ	30			○		カレーこ	カレーこ	0.3				
	にんじん	10			○		カレールウ	カレールウ	5	○			
	しろワイン	2					ウスターソース	ウスターソース	1				
	とりがらスープ						ケチャップ	ケチャップ	5				
	しお こしょう						しょうゆ	しょうゆ	0.5				
	みかんかんづめ	40			○		あかワイン	あかワイン	2				
							とりがらスープ	とりがらスープ					
							しお	しお					
							とりささみ	とりささみ	10		○		
							ほうれんそう	ほうれんそう	15			○	
							きゃべつ	きゃべつ	20			○	
							にんじん	にんじん	10			○	
							コーンドレッシング	コーンドレッシング	10	○			
16日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	23日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			626	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			571
ごはん	ぶたにく	30		○			こめ	ぶたにく	40		○		
はっぼうさい	うずらたまご	15		○		小(高)	かぼちゃ	かぼちゃ	50			○	小(高)
さつまいもの	かまぼこ	15		○		701	たまねぎ	たまねぎ	40			○	648
はちみつかけ	たまねぎ	40			○		ごぼう	ごぼう	20			○	
	はくさい	40			○	中・高	いとこんにやく	いとこんにやく	20			○	中・高
	にんじん	10			○	891	さやいんげん	さやいんげん	10			○	793
	たけのこ	10			○		あぶら	あぶら	1	○			
	ピーマン	10			○		さとう	さとう	5	○			
	ほししいたけ	1			○		きりぼしだいこんの	きりぼしだいこんの	7				
	にんにく・しょうが	0.3			○		ゆかりあえ	ゆかりあえ	2				
	あぶら	1	○						2				
	しょうゆ	5							2				
	さけ	2							2				
	とりがらスープ								20				
	しお こしょう								6				
	ごまあぶら	1	○						0.5				
	さつまいも	40	○						0.3				
	はちみつ	10	○										
	あぶら	2	○										
17日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)							
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			599							
ごはん	さんま	40		○		小(高)							
さんまの	しょうが	2		○		656							
かわりに	ごまあぶら	0.6	○										
けんちんに	あかみそ	3		○		中・高							
	さとう	5	○			764							
	さけ	6											
	しょうゆ	2											
	す	3											
	トウバンジャン												
	ぶたにく	5		○									
	とうふ	40		○									
	はくさい	40		○									
	だいこん	30		○									
	こまつな	10		○									
	にんじん	10		○									
	しょうが	0.3		○									
	あぶら	1	○										
	しょうゆ	4											
	さけ	2											
	みりん	3											
	だしじる												
	しお												
	かたくりこ	2	○										

(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)
24日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	29日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			592	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			635
たきこみごはん	とりにく	10	○	○			ごはん	あじ	60		○		
	うすあげ	10		○		小(高)	さけ	しお	0.5				小(高)
	にんじん	10			○	676	かたくりこ	さけ	2				702
にくだんご	ほししいたけ	1			○		あじの	かたくりこ	10	○			
みぞれに	しょうゆ	6				中・高	なんばんづけ	あぶら	3	○			中・高
	さけ 2	3				836	ぶたじる	たまねぎ	30			○	
はくさいの	しお	だしじる						にんじん	10			○	
ポンずあえ	にくだんご	50		○				ピーマン	10			○	
	あぶら	2	○					す	8			○	
	たまねぎ	40			○			さとう	3	○			
	たけのこ・にんじん	20			○			しょうゆ	3				
	だいこんおろし	30			○			しお					
	しょうゆ	5						ぶたにく	10		○		
	さけ・みりん	3						とうふ	20		○		
	だしじる	しお						だいこん	30			○	
	かたくりこ	3	○					にんじん・ごぼう	15			○	
	はくさい	40			○			さといも	30	○			
	だいちフレック	2		○				ねぎ	5			○	
	にんじん	10			○			あぶら	1	○			
	ポンずしょうゆ	3						みそ	8		○		
								さけ	2			○	
								だしじる					
25日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	30日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			570	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			575
ごはん	ぶたにく	30	○	○			たにんどんぶり	ぎゅうにく	30		○		小(高)
	あつあげ	40		○		小(高)	たまご	たまご	40			○	652
	キャベツ・たまねぎ	40			○	650	たまねぎ	たまねぎ	40			○	
ホイコーロー	にんじん・ピーマン	15			○		にんじん	にんじん	10			○	中・高
	にんにく・しょうが	0.5			○	804	しめじ	しめじ	5			○	804
たまごと	あぶら	1	○				ねぎ	ねぎ	5			○	
もやしのスープ	あかみそ	6		○			いとこんにやく	いとこんにやく	20			○	
	しょうゆ	1					あぶら	あぶら	1	○			
	さとう	3	○				さとう	さとう	5	○			
	さけ	2					しょうゆ	しょうゆ	8				
	しお	こしょう					さけ	さけ	2				
	たまご	20			○		みりん	みりん	4				
	わかめ	0.5			○		だしじる	だしじる					
	もやし	30			○		だいこん	だいこん	40			○	
	にら・えのきだけ	5			○		こまつな	こまつな	10			○	
	さけ	2					にんじん	にんじん	10			○	
	しお	こしょう					ごま	ごま	1	○			
	とりがらスープ						ゆずしぼりじる	ゆずしぼりじる	2				
							す	す	3				
							さとう	さとう	3	○			
							しょうゆ	しょうゆ	0.5				
28日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	しょっき ただ なら かた おぼ <b>食器の正しい並べ方を覚えましょう!</b> 						
ぎゅうにゅう	バターロール	40	○			622							
バターロール	とりにく	40	○	○									
	パンネ	30	○			小(高)							
	たまねぎ	40			○	650							
パンネの	にんじん	15			○								
クリームに	マッシュルーム	5			○	中・高							
	ブロッコリー	30			○	838							
キャベツと	あぶら	1	○										
トマトの	ホワイトルウ	10	○										
スープに	とうにゅう	20		○									
	しろワイン	3											
	とりがらスープ												
	しお	こしょう											
	キャベツ・たまねぎ	30			○								
	トマト	10			○								
	ベーコン	10			○								
	しろワイン	2											
	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。)

