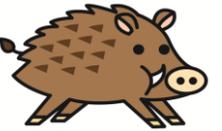
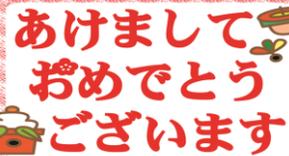


学校給食予定献立表



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)
8日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	10日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			653	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			576
ごはん	ぶり	60		○		小(高)	ごはん	とうふバーグ	50		○		小(高)
ぶりのてりやき	しょうゆ	5				720	ごはん	とりにく	20		○		645
こうはくなます	さけ	2				中・高	とうふバーグ	にんじん	15		○		中・高
しらたまぞうに	みりん	3				882	いりどり	たけのこ	15		○		775
	だいこん	50		○			わかめと	ごぼう	15		○		
	にんじん	10		○			こまつなの	さやいんげん	5		○		
	きとう	3.5	○				みそ	ほししいたけ	1		○		
	しお	5					わかめと	あぶら	0.5	○			
	しらたまだんご	30	○				こまつなの	きとう	3	○			
	とりにく	10		○			みそ	しょうゆ	4				
	みずな	10		○			だしじる	さけ	2				
	はくさい	20		○			うすあげ	みりん	3				
	しめじ	5		○			わかめ	だしじる	5		○		
	しょうゆ	3					たまねぎ	うすあげ	5		○		
	みりん	2					こまつな	わかめ	0.5		○		
	しお						ねぎ	たまねぎ	20		○		
	だしじる						みそ	こまつな	15		○		
							だしじる	ねぎ	5		○		
								みそ	10		○		
9日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	11日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	バターロール	50	○			608	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			647
バターロール	とりにく	40		○		小(高)	ふゆやさい	ぶたにく	30		○		小(高)
クリーム	きつまいも	50	○			628	カレー	たまねぎ	30		○		725
シチュー	たまねぎ	40		○		中・高	はくさいの	にんじん	15		○		中・高
だいこんと	にんじん	15		○		794	スープに	れんこん	15		○		877
ツナのサラダ	はくさい	30		○			ヨーグルト	だいこん	20		○		
	マッシュルーム	5		○				ブロッコリー	20		○		
	ソテードオニオン	3		○				ソテードオニオン	3		○		
	あぶら	1	○					にんにく・しょうが	0.3		○		
	とくにゅう	20		○				あぶら	1	○			
	ホワイトルウ	10	○					カレールウ	18	○			
	しろワイン	2						カレーこ	1				
	しお こしょう							ケチャップ	1				
	とりがらスープ							ウスターソース	1				
	だいこん	30		○				とりがらスープ					
	にんじん	5		○				はくさい	50		○		
	ツナレトルト	10		○				ベーコン	5		○		
	こんぶ	1		○				とりがらスープ					
	オリーブオイル	3	○					しろワイン	1				
	きとう	0.5	○					しお こしょう					
	リングす	3						ヨーグルト	80		○		
	しお こしょう												
	しょうゆ	0.5											



いよいよ1年の締めくくりとなる3学期が始まりました。
 風邪やインフルエンザなどの感染症が流行していますので、引き続き、手洗い・うがいの徹底と、栄養バランスの良い食事を心がけて予防に努めましょう。
 学校給食においても、より一層、衛生面に細心の注意を払い、安全でおいしい給食を提供できるように取り組んでいきたいと思っております。本年もよろしくお願い致します。



(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。)

学校給食予定献立表

冬野菜を
食べよう!



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)	17日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	ごもくごはん (アルファかまい)	35	○			583	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			598
ごもくごはん (少量)	うどん	100	○			小(高)	にくだんご	たまたま	40	○			小(高)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> びちくまい ごもく 備蓄米の五目 ごはんを使用 します。 </div>	とりにく	30	○	○		645	ごはん	あぶら	1	○			小(高)
	うすあげ	10	○	○			にくだんごの すぶたふうに	たまねぎ	50	○		○	681
	はくさい	20			○	中・高	たけのこ	にんじん	15	○	○	○	中・高
	ほうれんそう	10			○	775	さやいんげん	たけのこ	20	○	○	○	839
	しめじ	5			○		たまごと モズクのスープ	ブロッコリー	30	○	○	○	
	ねぎ	5			○		ほししいたけ	にんにく・しょうが	1			○	
	あぶら	1	○				にんにく・しょうが	あぶら・ごまあぶら	0.2			○	
	あかみそ・みそ	4			○		さとう	さとう	6	○			
	みりん・さけ	2			○		しょうゆ 6 す	しょうゆ 6 す	7				
	しょうゆ	1					さけ・みりん	さけ・みりん	2				
かぼちゃの そぼろあんかけ	だしじる					とりがらスープ	とりがらスープ						
みかんゼリー	かぼちゃ	60			○		かたくりこ	かたくりこ	4	○			
	にんじん	5			○		たまご	たまご	20		○		
	たまねぎ	15			○		もずく	もずく	10		○		
	ほししいたけ	1			○		こまつな	こまつな	10			○	
	グリーンピース	3			○		もやし	もやし	15			○	
	ぶたミンチ	15			○		にんじん	にんじん	5			○	
	あぶら	0.5	○				しょうゆ1.5 さけ	しょうゆ1.5 さけ	2				
	さとう	2	○				あぶら	あぶら	0.5				
	しょうゆ	4					しお こしょう	しお こしょう					
	さけ・みりん	1					とりがらスープ	とりがらスープ					
だしじる													
かたくりこ	0.5												
みかんゼリー	50	○											
16日(水)	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	80	○			546	ぎゅうにゅう	レーズンパン	50	○			613
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> なめし おでん </div>	だいこんのは	10		○		小(高)	レーズンパン	たら	60		○		小(高)
	だしこんぶ	1		○		621	しお こしょう	しお こしょう	1				684
	しお						しろみさかなの マヨネーズやき	しろワイン	1				中・高
	あつあげ	30		○		中・高	エッグケアマヨネーズ	エッグケアマヨネーズ	10			○	889
	ちくわ	20		○		764	ソテードオニオン	ソテードオニオン	5				
	うずらたまご	20		○			ウインナー	ウインナー	15				
	じゃがいも	40	○				じゃがいも	じゃがいも	60	○			
	だいこん	50			○		たまねぎ	たまねぎ	10			○	
	こんにゃく	20					にんにく	にんにく	0.2			○	
	さとう	5	○				パセリ	パセリ	0.5			○	
しょうゆ	7					オリーブオイル	オリーブオイル	2	○				
さけ 2 みりん	3					しお こしょう	しお こしょう						
だしじる						とりミンチ	とりミンチ	5		○			
とりささみ						はくさい・たまねぎ	はくさい・たまねぎ	30			○		
わかめ	0.3			○		かぶら	かぶら	20			○		
はくさい	40			○		みずな	みずな	10			○		
ポンずしょうゆ	3					しろワイン	しろワイン	2					
						とりがらスープ	とりがらスープ						
						しお こしょう	しお こしょう						

16日(水)の「なめし」と「おでん」の

「だいこん」は佐野支援学校産です。

今年(ことし)は中学部3年生の皆さんが秋(あき)に苗(なえ)を植え、

中学部3年生と高等部(こうとうぶ)で栽培(さいばい)し、収穫(しゆく)も一緒(いっしょ)に

してくれます。寒(さむ)くなると、甘(あま)くて煮(に)ると

やわらかくなる「だいこん」を、ぜひ味(あじ)わつ

てくださいね!



根(ね)も葉(は)も茎(くき)も丸(まる)ごとすべ
て食(た)べられる大(だい)根(こん)です。

・だいこんは、全部(ぜんぶ)で50kg使(つか)います。

・さて、いつ(いつ)たい何(なん)本(ぽん)になるの
でしようか?

・当日(とうじつ)の給食(きゆうじき)時間(じかん)に発(は)表(びょう)します。

(クラスで考(かんが)えてください)