

学校給食予定献立表

12月7日(土)は学習発表会です。
(給食あります!)

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)
2日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	5日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			572	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			567
ごはん	ぶたミンチ	40		○			にくとうふ	ぎゅうにく	30		○		
マーボー	はるさめ	15	○			小(高)	どんぶり	やきとうふ	50		○		小(高)
はるさめ	たけのこ	10			○	651	だいこんの ゆずかあえ	たまねぎ	60			○	643
わかめと だいこんの スープ	たまねぎ	30			○	中・高		にんじん・しろねぎ	10			○	中・高
	しめじ	5			○	803		いとこんにやく	20				792
	ねぎ	5			○			あぶら	1	○			
	にんにく・しょうが	0.3			○			さとう	5	○			
	あぶら	1	○					しょうゆ	8				
	あかみそ	6			○			さけ・みりん	2				
	しょうゆ	2						だしじる					
	さとう	1.5	○					だいこん	40			○	
	さけ	2						にんじん	10			○	
	トウバンジャン							こんぶ	1		○		
	とりがらスープ							さとう	3	○			
	だいずフレーク	3			○			す	5				
	わかめ	0.3			○			ゆずしぼりじる					
	だいこん	20			○			しお					
	もやし	20			○								
	にんじん	5			○								
	しょうゆ	2											
	さけ	2											
	とりがらスープ												
	しお こしょう												
3日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	6日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			561	ぎゅうにゅう	しょうくパン	50	○			556
とりにくと はくさいの あんかけどん	とりにく	40		○			しょうくパン	イチゴジャム	15	○			
ウインナーと じゃがいもの ソテー	とうふ	30		○		小(高)	しょうくパン	ほき	60		○		小(高)
	はくさい	50			○	629	イチゴジャム	しお こしょう				607	
	たまねぎ	40			○	中・高	しるみさかなの マスタードやき	しろワイン	2				中・高
	にんじん	10			○	768	マスタードやき	つぶマスタード	3				779
	えのきだけ・ねぎ	5			○		ほうれんそうと キャベツの ソテー	エッグケアマヨネーズ	10	○			
	しょうが	0.5			○		ほうれんそうと キャベツの ソテー	ほうれんそう	15			○	
	しょうゆ	6					かぶの コンソメスープ	キャベツ	40			○	
	さけ	2					かぶの コンソメスープ	にんじん	5			○	
	みりん	3					かぶの コンソメスープ	オリーブオイル	1	○			
	とりがらスープ						かぶの コンソメスープ	しお こしょう					
	しお こしょう						かぶの コンソメスープ	ベーコン	5		○		
	かたくりこ	3					かぶの コンソメスープ	かぶ	25			○	
	ウインナー	10		○			かぶの コンソメスープ	たまねぎ	30			○	
	じゃがいも	20	○				かぶの コンソメスープ	にんじん	5			○	
	ブロッコリー	40			○		かぶの コンソメスープ	じゃがいも	30	○			
	オリーブオイル	2	○				かぶの コンソメスープ	しろワイン	2				
	しお こしょう						かぶの コンソメスープ	とりがらスープ					
	にんにく	0.3					かぶの コンソメスープ	しお こしょう					
4日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	7日(土)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	やきそばめん	100	○			584	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			598
ソース	ぶたにく	40		○			ぎゅうにゅう	ぶたにく	40		○		
やきそば	キャベツ	40			○	小(高)	ポークカレー	じゃがいも	40	○			小(高)
だいずと さつまいもの サラダ	だいずもやし	15			○	628	ポークカレー	たまねぎ	40			○	675
みかん	ピーマン	10			○	中・高	ポークカレー	にんじん	15			○	中・高
	にんじん	10			○	746	ポークカレー	ソテードオニオン	5			○	832
	あぶら	2	○				ポークカレー	にんにく・しょうが	0.3			○	
	やきそばソース	18					ポークカレー	あぶら	1	○			
	ケチャップ	5					ポークカレー	カレールウ	18	○			
	だいずみずに	10			○		ポークカレー	カレーこ					
	さつまいも	30	○				ポークカレー	ケチャップ	1				
	さやいんげん	10			○		ポークカレー	ウスターソース	1				
	ハム	10			○		ポークカレー	とりがらスープ					
	エッグケアマヨネーズ	10	○				ポークカレー	キャベツ	30			○	
	みかん	100			○		ポークカレー	だいこん	20			○	
							ポークカレー	にんじん	5			○	
							ポークカレー	ホールコーン	10			○	
							ポークカレー	あぶら	2	○			
							ポークカレー	さとう	0.5	○			
							ポークカレー	リングす	3				
							ポークカレー	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

朝ごはんをしっかりと食べて
からだをあたためましょう。



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)
10日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	12日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			582	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			644
ごはん	にくだんご	40		○		小(高)	ごはん	さば	60		○		小(高)
にくだんごの すぶたふうに	あぶら	2	○			663	さば	つちしょうが	2			○	712
	たまねぎ	40			○		しょうゆ	しょうゆ	5			○	
	にんじん	15			○		さとう	さとう	3	○			中・高
	たけのこ	15			○	815	しょうがに	さけ・みりん	3			○	878
	なましいたけ	5			○		だいこん	だいこん	30			○	
はるさめ	ブロッコリー	20			○		れんこん	れんこん	10			○	
サラダ	にんにく・しょうが	0.3			○		にんじん	にんじん	10			○	
	あぶら	1	○				こんにゃく	こんにゃく	15				
	さとう	4	○				あぶら	あぶら	1	○			
	しょうゆ	5					さとう	さとう	3	○			
	さけ	2					しょうゆ	しょうゆ 3 さけ	2				
	す	5					わかめ	わかめ	0.5		○		
	とりがらスープ						うすあげ	うすあげ	5		○		
	かたくりこ	2.5	○				こまつな	こまつな	10			○	
	はるさめ	10	○				たまねぎ	たまねぎ	30			○	
	チンゲンさい	15			○		みそ	みそ	9		○		
	にんじん	5			○		だしじる	だしじる					
	さとう	2	○										
	す	1											
	しょうゆ	4											
	ごまあぶら	1	○										
	しお こしょう												
11日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	13日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	ハニーバズ	50	○			554	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			585
ハニーバズ	とりにく	50		○		小(高)	さのたまあじつけのり	さのたまあじつけのり	1.5		○		小(高)
とりにくの ケチャップ	しお こしょう					630	ごはん	はるまき	40		○		654
いため	さけ	2				816	きのたま	あぶら	3			○	
	かたくりこ	5	○				あじつけのり	ぶたにく	20			○	
	こめこ	2	○				とうふ	とうふ	60			○	中・高
	あぶら	2	○				はくさい	はくさい	50			○	775
	たまねぎ	40			○		あげはるまき	たまねぎ	40			○	
ミルファンティ	ブロッコリー	20			○		とうふの	にんじん	10			○	
	じゃがいも	40	○				ちゅうかふう	たけのこ	15			○	
	にんにく	0.3					いため	しめじ	5			○	
	あぶら	1	○					にんにく・しょうが	0.3			○	
	ケチャップ	15						あぶら	1	○			
	ウスターソース	1						しょうゆ	4				
	さけ・しょうゆ	1						さけ	2				
	さとう	1	○					とりがらスープ					
	たまご	20			○			しお こしょう					
	ハム	5			○			かたくりこ	3	○			
	たまねぎ	30			○								
	にんじん	5			○								
	キャベツ	30			○								
	しめじ	5			○								
	パセリ	0.3			○								
	しろワイン	1			○								
	とりがらスープ												
	しお こしょう												
							16日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
							ぎゅうにゅう	バターロール	30	○			652
							バターロール	ペンネ	40	○			小(高)
							とりにくと	とりにく	30		○		688
							ペンネの	たまねぎ・はくさい	40			○	
							クリームに	にんじん	10			○	中・高
							かいそうサラダ	しめじ	5			○	890
							みかんゼリー	マッシュルーム	5			○	
								あぶら	1	○			
								ホワイトルウ	8	○			
								とうにゅう	20		○		
								しろワイン	1				
								しお こしょう					
								とりがらスープ					
								ひじき・わかめ	0.5		○		
								だいこん	30			○	
								にんじん・みずな	10			○	
								あぶら	2	○			
								リングす	3				
								さとう	0.5	○			
								しょうゆ	1				
								しお こしょう					
								みかんゼリー	50				



(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。)