

が　　っ　　こ　　う　　き　　ゅ　　う　　し　　ょ　　く　　よ　　て　　い　　こ　　ん　　だ　　て　　ひ　　ょ　　う

学校給食予定献立表

こ　　ん　　だ　　て　　め　　い 献立名	し　　ょ　　う　　ざ　　い　　り　　ょ　　う 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)	こ　　ん　　だ　　て　　め　　い 献立名	し　　ょ　　う　　ざ　　い　　り　　ょ　　う 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)
1 日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	6 日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			583	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			584
ちゅうか	ぶたにく	30		○			ごはん	ぶたにく	30		○		小(高)
どんぶり	かまぼこ	10		○		小(高)	カレー	あつあげ	30		○		634
	たまねぎ・キャベツ	40			○	633	にくじゃが	じゃがいも	50	○			
はるさめサラダ	にんじん・たけのこ	10			○		かんてんと	たまねぎ	40			○	中・高
	にんにく・しょうが	0.3			○	中・高	もやしの	にんじん	15			○	783
	あぶら・ごまあぶら	1	○			781	すのもの	きやいんげん	5			○	
	しょうゆ	5						あぶら	0.5	○			
	さけ	2						カレーこ					
	とりがらスープ							さとう	5	○			
	しお　こしょう							しょうゆ	8				
	かたくりこ	3						さけ・みりん	2				
	うすあげ	5		○				だしじる					
	はるさめ	10	○					いとかんてん	1				
	きゅうり	10			○			もやし	30			○	
	にんじん	5			○			にんじん	10			○	
	す	4						す	2				
	さとう	2	○					さとう	1.5	○			
	しお　こしょう							しょうゆ	1				
	あぶら	2	○					しお					
2 日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	7 日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			588	ぎゅうにゅう	こめ	65	○			562
	ぎゅうにく	40		○			あなご	だしこんぶ	0.3		○		
ごはん	やきとうふ	30		○		小(高)	ちらしずし	す	11				小(高)
すきやきふうに	たまねぎ・はくさい	40			○	639	そうめんじる	さとう	7	○			605
	しろねぎ	10			○		たなばた	しお					
きゅうりと	いとこんにやく	20				中・高	ゼリー	たまご	20		○		中・高
きりぼし	ふ	3	○			789		あぶら	3	○			735
だいこんの	あぶら	1	○					あなご	20		○		
ゆかりあえ	さとう	5	○					にんじん・たけのこ	5			○	
	しょうゆ	8						ふきみずに	10			○	
	さけ・みりん	2						ほししいたけ	1			○	
	だしじる							さとう	3	○			
	きゅうり	15			○			しょうゆ	5				
	きりぼしだいこん	5			○			みりん	3				
	しょうゆ	1						だしじる					
	ゆかり							きぎみのり	2		○		
	ごま		○					とりさきみ	15		○		
3 日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		そうめん	8	○			
ぎゅうにゅう	しよくパン	50	○			593		おくら・ねぎ	5			○	
	イチゴジャム	15	○					わかめ	0.3		○		
しよくパン	にくだんご	60		○		小(高)		しょうゆ・みりん	3				
イチゴジャム	たまねぎ	50			○	666		だしじる　しお					
	にんじん	15			○			たなばたゼリー	40	○			
	ブロッコリー	20			○	中・高	8 日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
にくだんごの	トマトみずに	20			○	839	ぎゅうにゅう	ハニーバンズ	50	○			599
トマトに	にんにく	0.3			○		ハニーバンズ	ミンチかつ	50		○		
	ケチャップ	8						あぶら	3	○			小(高)
サッパリ	しろワイン	2					ミンチカツ	ぶたにく	20		○		663
ポテトサラダ	あぶら	0.5	○				ポークビーンズ	ベーコン	10		○		
	とりがらスープ							だいずみずに	15		○		中・高
	しお　こしょう							じゃがいも	40	○			856
	ハム	10		○				たまねぎ	40			○	
	じゃがいも	40	○					にんじん	10			○	
	にんじん	5			○			トマトみずに	30			○	
	きゅうり	10			○			にんにく	0.5			○	
	オリーブオイル	2	○					オリーブオイル	1				
	しょうゆ	2						ケチャップ	5				
	レモンじる	0.5						さとう	1				
	しお　こしょう							しお　こしょう　とりがらスープ					

(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。)

が　っ　こ　う　き　ゅ　う　し　ょ　く　よ　て　い　こ　ん　だ　て　ひ　ょ　う

学校給食予定献立表

こ　ん　だ　て　め　い 献立名	し　ょ　う　ざ　い　り　ょ　う 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)	こ　ん　だ　て　め　い 献立名	し　ょ　う　ざ　い　り　ょ　う 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)
9日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	14日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			555	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			585
うめごはん	カリカリうめ	2				小(高)	ごはん	ぶたにく	30		○		小(高)
	ねりうめ	2				587	ホイコーロー	あつあげ	30		○		635
	さけ	1				中・高	かきたま	キャベツ	40			○	中・高
とうふバーグ	とうふバーグ	60		○		725	わかめスープ	ピーマン	10			○	784
やさいあんかけ	たまねぎ	30			○			にんじん	10			○	
	にんじん	10			○			たまねぎ	40			○	
	ピーマン	10			○			にんにく・しょうが	0.5			○	
きゅうりと	しめじ	5			○			あぶら	1	○			
わかめのナムル	あぶら	0.5	○					あかみそ	5		○		
	しょうゆ	3						さとう	1				
	みりん・さけ	1						トウバンジャン					
	だしじる							さけ・しょうゆ	1				
	かたくりこ	1	○					かたくりこ	1	○			
	きゅうり	20			○			たまご	30			○	
	ホールコーン	10			○			わかめ	0.5			○	
	わかめ	0.3			○			えのきだけ・ねぎ	5				○
	しょうゆ	2						さけ・しょうゆ	2				
	す	1						しお　こしょう					
	さとう	0.5	○					とりがらスープ					
	ごまあぶら	2	○				15日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
10日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	ぎゅうにゅう	こめ	70	○			607
ぎゅうにゅう	やきそばめん	120	○			585	チキンライス	とりにく	30		○		小(高)
やきそば	ぶたにく	40		○		小(高)	コーンスープ	たまねぎ	30			○	653
	キャベツ	40			○	617	ヨーグルト	マッシュルーム	5			○	中・高
ゆで	ピーマン	10			○	中・高		オリーブオイル	3	○			791
とうもろこし	にんじん	10			○	714		ケチャップ	18				
こめこの	もやし	15			○			ウスターソース	1				
ももタルト	あぶら	2	○					しょうゆ	0.3				
	やきそばソース	18						しお　こしょう					
	ケチャップ	5						クリームコーン	30			○	
	しお　こしょう							たまねぎ	40			○	
	とうもろこし	50			○			じゃがいも	30	○			
	しお							パセリ	0.5			○	
	こめこのももタルト	35	○					あぶら	1	○			
13日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		ホワイトルウ	8	○			
ぎゅうにゅう	アップルパン		○			590		とうにゅう	20			○	
アップルパン	とりにく	60		○		小(高)		しろワイン	2				
	さけ	1.5				653		とりがらスープ					
とりにくの	みりん	2				中・高		しお　こしょう					
マスタードやき	しょうゆ	2				822	16日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	つぶマスタード	2					ぎゅうにゅう	こめ	80	○			592
	じゃがいも	70	○				ごはん	さのたまあじつけのり	1.5		○		小(高)
フライドポテト	あぶら	3	○				さのたま	あじきりみ	60		○		631
	しお						あじつけのり	しお					中・高
ABC	ABCマカロニ	10	○					さけ	2			○	785
マカロニスープ	ベーコン	10		○			あじのしおやき	とりミンチ	10		○		
	たまねぎ	30			○			うすあげ	5		○		
	キャベツ	30			○			かぼちゃ	60			○	
	にんじん	10			○			たまねぎ	30			○	
	しろワイン	1						ほししいたけ	1			○	
	とりがらスープ							さやいんげん	10			○	
	しお　こしょう							しょうが	0.5			○	
								あぶら	1	○			
								さとう	3	○			
								しょうゆ	5				
								さけ・みりん	3				
								かたくりこ	1				
								だしじる					

てあらいのポイント！



(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。)