

学校給食予定献立表										給食は調理員さんが おいしく作ってくれます			
献立名	使用材料	グラム	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	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
26日(月)	ぎゅうにゅう	206	○	○	○	534	28日(水)	ぎゅうにゅう	206	○	○	○	小(低) 551
ぎゅうにゅう	やきそばめん	100	○	○	○	534	チーズパン	チーズパン	50	○	○	○	小(高) 639
やきそば (めん1位)	ぶたにく	30	○	○	○	609	(パン1位)	とりにく	50	○	○	○	中・高 815
わかめスープ	キャベツ	20	○	○	○	715	タンドリーチキン	しお・こしょう	0.3	○	○	○	
こめこの ももタルト (デザート1位)	ピーマン	8	○	○	○		(おかず3位)	にんにく・しょうが	0.3	○	○	○	
	たまねぎ	15	○	○	○		ケチャップ	とうにゅう	8	○	○	○	
	にんじん	10	○	○	○		レモンじる・しろワイン	レモンじる・しろワイン	6	○	○	○	
	だいすもやし	15	○	○	○		カレーこ	カレーこ	0.3	○	○	○	
	あぶら	2	○	○	○		ウスターソース	ウスターソース	1.5	○	○	○	
	やきそばソース	18	○	○	○		ホールコーン	ホールコーン	20	○	○	○	
	ウスターソース	1	○	○	○		むきえだまめ	むきえだまめ	15	○	○	○	
	ケチャップ	6	○	○	○		にんじん	にんじん	10	○	○	○	
	しお	0.1	○	○	○		あぶら	あぶら	0.5	○	○	○	
	こしょう	0.03	○	○	○		しお・こしょう	しお・こしょう	0.4	○	○	○	
	とりミンチ	15	○	○	○		ワインナー	ワインナー	15	○	○	○	
	わかめ	0.3	○	○	○		キャベツ	キャベツ	15	○	○	○	
	はくさい	15	○	○	○		たまねぎ・にんじん	たまねぎ・にんじん	10	○	○	○	
	にんじん	10	○	○	○		さつまいも	さつまいも	20	○	○	○	
	たまねぎ	15	○	○	○		オリーブオイル	オリーブオイル	0.5	○	○	○	
	しろごま	0.5	○	○	○		しろワイン・しょうゆ	しろワイン・しょうゆ	0.5	○	○	○	
	ごまあぶら	0.5	○	○	○		とりがらスープ・しお・こしょう	とりがらスープ・しお・こしょう	0.4	○	○	○	
	しようゆ	2.7	○	○	○		やさいブイヨン	やさいブイヨン	0.4	○	○	○	
	さけ	1	○	○	○					○	○	○	
	とりがらスープ	12	○	○	○					○	○	○	
	しお	0.3	○	○	○					○	○	○	
	こしょう	0.01	○	○	○					○	○	○	
	こめこのももタルト	1個	○	○	○					○	○	○	
27日(火)	ぎゅうにゅう	206	○	○	○	517	29日(木)	ぎゅうにゅう	206	○	○	○	小(低) 548
ぎゅうにゅう	こめ	70	○	○	○	517	ぎゅうにゅう	こめ	55	○	○	○	
ぎゅうめし (ごはん2位)	ぎゅうにく	25	○	○	○	607	やさいのスープ	やさいのブイヨン	0.4	○	○	○	
	ささがきごぼう	20	○	○	○		こまつな	あぶら	2	○	○	○	
	にんじん	10	○	○	○		チャーハン	やきぶた	13	○	○	○	
	あおねぎ	5	○	○	○		(ミニ)	こまつな	13	○	○	○	
	あぶら	1	○	○	○		(ごはん3位)	しろねぎ	8	○	○	○	
きのことしょうが のスープ	さとう	2.5	○	○	○		やさいたっぷり	しょうゆラーメン	1.1	○	○	○	
	しようゆ	5.5	○	○	○		(ミニ)	きょうゆ	1.1	○	○	○	
	さけ	1.5	○	○	○		(めん3位)	かけ・しお・こしょう	1.1	○	○	○	
	みりん	1	○	○	○		やさいたっぷり	やきそばめん	50	○	○	○	
ほうれんそうと こうやどうふの にびたし	とりミンチ	15	○	○	○		しょうゆラーメン	ぶたミンチ	15	○	○	○	
	こまつな	10	○	○	○		(めん3位)	ちんげんさい・もやし	10	○	○	○	
	たまねぎ	15	○	○	○		あげぎょうざ	にんじん	5	○	○	○	
	にんじん	10	○	○	○		(めん3位)	たけのこ・しろねぎ	10	○	○	○	
	しめじ	5	○	○	○		あげぎょうざ	わかめ	0.3	○	○	○	
	えのきだけ	5	○	○	○		(おかず5位)	ホールコーン	5	○	○	○	
	つちしうが	0.3	○	○	○			あぶら・ごまあぶら	0.5	○	○	○	
	あぶら	0.5	○	○	○			しようゆ・さけ	1	○	○	○	
	しようゆ	2	○	○	○			うすくちしうが	1	○	○	○	
	さけ	1	○	○	○			みりん・しお・こしょう	10	○	○	○	
みかん (デザート3位)	みりん	1	○	○	○			とりがらスープ	10	○	○	○	
	だじる	1.4	○	○	○			ぎょうざ	34	○	○	○	
	しお	0.1	○	○	○			あげあぶら	34	○	○	○	
	ほうれんそう	10	○	○	○					○	○	○	
	こうやどうふ	2.5	○	○	○					○	○	○	
	うすあげ	10	○	○	○					○	○	○	
	にんじん	10	○	○	○					○	○	○	
	さけ	1	○	○	○					○	○	○	
	しようゆ	3	○	○	○					○	○	○	
	さとう	0.5	○	○	○					○	○	○	
	みりん	1	○	○	○					○	○	○	
	だじる	0.35	○	○	○					○	○	○	
	みかん	1個	○	○	○					○	○	○	
きゅうしょく 給食アンケートではたくさん投票ありがとうございます た。また、給食アンケートにのっていないメニューでも好き な給食をたくさん書いてくれてありがとうございます。今 後の給食にててくるかもしれない、これからも給食をし みにしてくださいね!													

(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。)