

月	火	水	木	金
<p>*都合により献立を変更することがあります。</p> <p>*日付の隣の数字はエネルギー・たんぱく質・食塩相当量をあらわしています。</p>  <p>3つの食品グループ</p>	<p>始業式</p>  <p>元気にスタート!</p>	<p>入学式</p>	<p>9日 813kcal/24.3g/2.4g</p> <p>果物  牛乳 </p> <p>カレーライス  じゃがいものハニーサラダ </p> <p>米、麦、サラダ油、じゃがいも、薄力粉、揚げ油、はちみつ</p> <p>★牛乳(飲用)、豚肉、ピザチーズ、牛乳(調理用)</p> <p>玉葱、しょうが、にんにく、にんじん、トマトケチャップ、キャベツ、きゅうり、★果物</p>	<p>10日 783kcal/35.7g/2.6g</p> <p>いそ和え  牛乳 </p> <p>白ごまプリン  さわらの西京焼き </p> <p>さくらご飯  祝かきたま汁 </p> <p>米、もち米、上白糖、でんぷん、練りごま、白すりごま、黒砂糖</p> <p>★牛乳(飲用)、★さわら、西京みそ、きざみのり、祝いなると、★たまご粉寒天、牛乳(調理用)</p> <p>桜花塩漬け、梅、こまつな、キャベツ、にんじん、えのきたけ</p>
<p>13日 740kcal/37.8g/2.7g</p> <p>ごま和え  鮭の照り焼き  牛乳 </p> <p>たけのこごはん  田舎汁 </p> <p>米、三温糖、でんぷん、白すりごま、上白糖、サラダ油、こんにゃく、じゃがいも</p> <p>★牛乳(飲用)、油揚げ★鮭、生揚げ、みそ</p> <p>たけのこ、にんじん、ほうれん草、もやし、だいこん、ごぼう、ねぎ、えのきたけ</p>	<p>14日 880kcal/30.1g/2.9g</p> <p>サイダーパンチ  牛乳 </p> <p>セサミトースト  ポークビーンズ </p> <p>★食パン、バター、上白糖、はちみつ、白すりごま、白いりごま、じゃがいも、サラダ油、薄力粉、サイダー</p> <p>★牛乳(飲用)、大豆、豚肉</p> <p>しょうが、にんにく、にんじん、玉葱、トマトケチャップ、★ぶどう(缶)★バイン缶、★黄桃缶</p>	<p>15日 722kcal/33g/2.5g</p> <p>果物  牛乳 </p> <p>肉豆腐丼  みそ汁 </p> <p>米、麦、サラダ油、上白糖、でんぷん、じゃがいも</p> <p>★牛乳(飲用)、豚肉、豆腐、油揚げ、カットわかめ、みそ</p> <p>玉葱、にんじん、こまつな、ねぎ、しめじ、はくさい、★果物</p>	<p>16日 757kcal/32.8g/2.2g</p> <p>ヨーグルトかん  牛乳 </p> <p>ブルーベリーソース  シーフードサラダ </p> <p>スパゲティ、サラダ油、上白糖</p> <p>★牛乳(飲用)、豚ひき肉、★ピザチーズ、★冷凍むきえび、★いか、カットわかめ、粉寒天、ヨーグルト</p> <p>しょうが、にんにく、セロリー、玉葱、にんじん、マッシュルーム★トマト缶詰(ホール)、トマトケチャップ、トマトピューレ、きゅうり、キャベツ、★ブルーベリー、★レモン(果汁)</p>	<p>17日 770kcal/24.8g/2.7g</p> <p>おひたし  きんぴらコロッケ  牛乳 </p> <p>ごはん・のりの佃煮  みそ汁 </p> <p>米、麦、上白糖、サラダ油、じゃがいも、薄力粉、パン粉(生・乾燥)、揚げ油</p> <p>★牛乳(飲用)、きざみのり、豚ひき肉、★たまご、豆腐、カットわかめ、みそ</p> <p>にんじん、玉葱、ごぼう、ねぎ、はくさい、こまつな</p>
<p>20日 775kcal/33.4g/2.8g</p> <p>よもぎ団子  牛乳 </p> <p>かきたまうどん  青菜とツナの和え物 </p> <p>うどん(冷凍)、サラダ油、でんぷん、白玉粉、上新粉、上白糖</p> <p>★牛乳(飲用)、鶏肉、かまぼこ、油揚げ、だし昆布、★たまご、オイルツナ、きな粉(大豆)</p> <p>にんじん、ねぎ、干し椎茸、こまつな、キャベツ、よもぎ粉</p>	<p>21日 772kcal/28.7g/2.5g</p> <p>セサミケーキ  牛乳 </p> <p>海の幸ピラフ  ABCスープ </p> <p>米、麦、サラダ油、じゃがいも、ABCバスタ、薄力粉、白すりごま、上白糖、バター、白いりごま</p> <p>★牛乳(飲用)、★いか★冷凍むきえび、炊き込みわかめ、豚肉、★たまご、牛乳(調理用)、生クリーム</p> <p>玉葱、にんじん</p>	<p>22日 755kcal/37.9g/3.3g</p> <p>じゃこ入り海藻サラダ  ヘルシーハンバーグ  牛乳 </p> <p>ごまごはん  春野菜のみそ汁 </p> <p>米、麦、白いりごま、サラダ油、パン粉(生)、上白糖、でんぷん、ごま油、じゃがいも</p> <p>★牛乳(飲用)、豚ひき肉、豆腐、★たまご、海藻ミックス、ちりめんじゃこ、豆腐、カットわかめ、みそ</p> <p>玉葱、にんじん、しょうが、キャベツ、きゅうり</p>	<p>23日 726kcal/32.2g/2.2g</p> <p>ひじきサラダ  牛乳 </p> <p>クロックムッシュ  ミネストローネスープ </p> <p>★無塩食パン、バター、上白糖、サラダ油、マカロニ、じゃがいも</p> <p>★牛乳(飲用)、ハム、チーズ、牛乳(調理用)★たまご、豚肉、ひよこまめ(乾)、オイルツナ、干ひじき</p> <p>玉葱、にんじん、セロリー、★トマト缶詰(ホール)、パセリ、キャベツ、こまつな、コーン(冷凍)</p>	<p>24日 714kcal/34.2g/3.1g</p> <p>ほうれん草の和え物  さばのみそ煮  牛乳 </p> <p>ピースごはん  具だくさんみそ汁 </p> <p>米、白いりごま、三温糖、じゃがいも、サラダ油</p> <p>★牛乳(飲用)、じゃこ、炊き込みわかめ、★さば、みそ、カットわかめ、油揚げ</p> <p>グリーンピース(生)、しょうが、ほうれん草、もやし、にんじん、はくさい、ねぎ、ごぼう</p>
<p>27日 727kcal/32.4g/3.1g</p> <p>ししゃもの油淋鶏ソースがけ  牛乳 </p> <p>果物  キムチチャーハン  五目卵スープ </p> <p>米、麦、ごま油、白いりごま、でんぷん、揚げ油、上白糖</p> <p>★牛乳(飲用)、豚肉、鶏肉、豆腐、★たまご、★ししゃも</p> <p>キムチ漬け、ねぎ、にんじん、ピーマン、玉葱、たけのこ(ゆで)、こまつな、干し椎茸、しょうが、にんにく、★果物</p>	<p>28日 732kcal/29.4g/2.7g</p> <p>スプリングサラダ  牛乳 </p> <p>チリビーンズサンド  野菜ときのこのクリームスープ </p> <p>★コッペパン、サラダ油、薄力粉、バター、上白糖</p> <p>★牛乳(飲用)、大豆、豚ひき肉、鶏肉、牛乳(調理用)、生クリーム、★たまご</p> <p>しょうが、にんにく、玉葱、にんじん、トマトケチャップ、トマトピューレ、えのきたけ、しめじ、ほうれん草、キャベツ、こまつな</p>	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> <p>おもにエネルギーになる ⇒</p> <p>おもに体を作る ⇒</p> <p>おもに体の調子を整える ⇒</p>	<p>30日 760kcal/32.3g/2.8g</p> <p>ホキのみそマヨネーズ焼き  牛乳 </p> <p>チキンライス  とうもろこしのスープ </p> <p>米、サラダ油、でんぷん、★マヨネーズ、パン粉(乾燥)</p> <p>★牛乳(飲用)、鶏肉、ベーコン、★たまご、ホキ、牛乳(調理用)、みそ、粉チーズ</p> <p>玉葱、にんじん、グリーンピース(冷凍)、トマトケチャップ、クリームコーン缶詰、コーン(冷凍)、しめじ</p>	

保護者の皆様へお願い

毎週金曜日に、給食当番のお子さんが給食のエプロン・帽子を持ち帰ります。お手数ですが、ご家庭で洗濯していただき、翌週の月曜日にお子さんに持たせていただきますようご協力お願いします。

昨年度に引き続き、「協立給食株式会社」に本校の給食調理業務を委託することになりました。9名のスタッフで清中のおいしい給食を作ります。廊下等でお会いしたら、あいさつをしましょう!

