

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

*都合により献立を変更することがあります。

*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。



始業式

入学式

3つの食品グループ

元気スタート!



9日 813 kcal / 24.3g / 2.4g 果物 カレーライス じゃがいものハニーサラダ 牛乳	10日 783 kcal / 35.7g / 2.6g いそ和え 白ごまプリン さわらの西京焼き 祝かきたま汁 米もち米、上白糖、でんぷん、練りごま、白すりごま、黒砂糖 牛乳
---	--

13日 740 kcal / 37.8g / 2.7g ごま和え 鮭の照り焼き たけのこごはん 田舎汁 米、三温糖、でんぷん、白すりごま、上白糖、サラダ油、こんにやく、じゃがいも ★牛乳(飲用)、油揚げ★鮭生揚げ、みそ	14日 880 kcal / 30.1g / 2.9g サイダーボンチ セサミトースト ポークビーンズ ★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 ★牛乳(飲用)、大豆、豚肉	15日 722 kcal / 33g / 2.5g 果物 肉豆腐丼 みそ汁 米、麦、サラダ油、上白糖、でんぷん、じゃがいも	16日 757 kcal / 32.8g / 2.2g ヨーグルトかん ブルーベリーソース スパゲティミートソース シーフードサラダ 牛乳	17日 770 kcal / 24.8g / 2.7g おひだし きんぴらコロケ ごはん・のりの佃煮 みそ汁 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 ★牛乳(飲用)、きざみりの豚ひき肉、★たまご豆腐、カットわかめ、みそ
--	---	--	---	---

20日 775 kcal / 33.4g / 2.8g よもぎ団子 かきたまうどん 青菜とツナの和え物 うどん(冷凍)、サラダ油、でんぷん、白玉粉、上新粉、上白糖 ★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)	21日 772 kcal / 28.7g / 2.5g セサミケーキ 海の幸ピラフ ABCスープ 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 ★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	22日 755 kcal / 37.9g / 3.3g じゃこ入り海菜サラダ ヘルシーハンバーグ ごまごはん 春野菜のみそ汁 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 ★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	23日 726 kcal / 32.2g / 2.2g ひじきサラダ クロックムッシュ ミネストローネスープ ★無塩食パン、バター、上白糖、サラダ油、マカロニ、じゃがいも ★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	24日 714 kcal / 34.2g / 3.1g ほうれん草の和え物 さばのみそ煮 ピースごはん 具だくさんみそ汁 米、白いりごま、三温糖、じゃがいも、サラダ油 ★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
---	---	---	--	--

27日 727 kcal / 32.4g / 3.1g ししゃもの油淋鶏ソースがけ キムチチャーハン 五目卵スープ 米、麦、ごま油、白いりごま、でんぷん、揚げ油、上白糖 ★牛乳(飲用)、豚肉、鶏肉、豆腐、★たまご、★ししゃも	28日 732 kcal / 29.4g / 2.7g スプリングサラダ チリビーンズサンド 野菜ときのこのクリームスープ ★コッペパン、サラダ油、薄力粉、バター、上白糖 ★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	29日 おもにエネルギーになる おもに体を作る おもに体の調子を整える	30日 760 kcal / 32.3g / 2.8g ホキのみそマヨネーズ焼き チキンライス とうもろこしのスープ 米、サラダ油、でんぷん、★マヨネーズ、パン粉(乾燥) ★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 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	昭和の日 Illustration of butterflies and flowers.
--	---	--	--	--

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!

