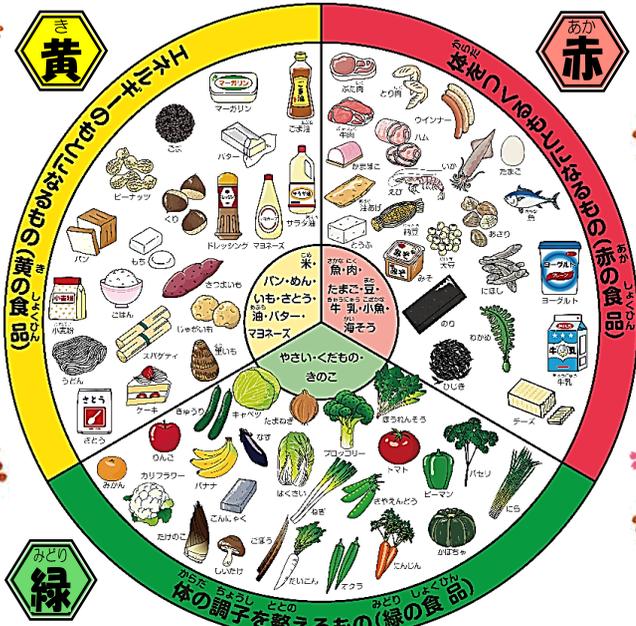


おもな働きによる食品のグループ分け



給食は、3つの働きをもつ食べ物を組み合わせて献立を考えています。健康な体づくりのためには、いろいろな食品を組み合わせることが大切です。

ご入学・ご進級 おめでとうございます

みなさんの学校生活がより充実するよう、職員一同心を込めて給食をお届けします。今年度もよろしくお願いいたします。

◎ 学校給食は、学校における食育の推進において大きな役割を担っています。地場産物の活用、食文化、国際理解のための献立等に取り組んでいます。

◎ 「はし」は毎日持ってきましょう。

おしらせ

◎ 食物アレルギーのある方に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。

◎ 魚の骨には気をつけて食べてください。

<p>9(木)</p> <p>ふたにくのしょうがいため</p> <p>ゆかりむぎごはん</p> <p>みそしる</p>	<p>10(金)</p> <p>チーズ (中学校のみ)</p> <p>ツナサラダ</p> <p>小パン</p> <p>ミートソーススパゲッティ</p>																						
<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とうふ</p> <p>わかめ</p> <p>むぎみそ</p> <p>ふたにく</p> <p>539</p>	<p>しそ</p> <p>にんじん</p> <p>だいこん</p> <p>ねぎ</p> <p>しょうが</p> <p>たまねぎ</p> <p>もやし</p> <p>24.5</p>	<p>こめ・むぎ</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>でんぷん</p> <p>ピーマン</p> <p>29.6</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>ふたにく</p> <p>まぐろみず</p> <p>チーズ (中学校のみ)</p> <p>とうもろこし</p> <p>605</p>	<p>にんにく</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>トマト</p> <p>キャベツ</p> <p>27.3</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>スパゲッティ</p> <p>オリーブゆ</p> <p>さとう</p> <p>マヨネーズ</p> <p>822</p>	<p>36.9</p> <p>三丘小1年、高水小1年、勝間小1年、大河内小、八代小1年</p>																	
<p>13(月)</p> <p>ほうれんそうのいわしのうめに</p> <p>むぎごはん</p> <p>おじゃがもちじる</p>	<p>14(火)</p> <p>こまつなとコーンのソテー</p> <p>コッパン</p> <p>マカロニのカレー</p>	<p>15(水)</p> <p>ひじきとだいずのもの</p> <p>むぎごはん</p> <p>おやかどん</p>	<p>16(木)</p> <p>アーモンド (中学校のみ)</p> <p>中国の料理</p> <p>ホイコーロー</p> <p>むぎごはん</p> <p>ちゅうかコーン</p> <p>たまごスープ</p>	<p>17(金)</p> <p>りんごジャム</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>コッパン</p> <p>にくだんごのスープ</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>あぶらあげ</p> <p>ひらてん</p> <p>いわしのうめに</p> <p>561</p>	<p>にんじん</p> <p>だいこん</p> <p>こまつな</p> <p>ほうれんそう</p> <p>キャベツ</p> <p>20.5</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>おじゃがもち</p> <p>ごま</p> <p>さとう</p> <p>689</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>ベーコン</p> <p>24.6</p>	<p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>こまつな</p> <p>キャベツ</p> <p>とうもろこし</p> <p>621</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>マカロニ</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>772</p>	<p>28.7</p> <p>高水小1年、勝間小1年、大河内小1年 なし</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p> <p>ちくわ</p> <p>ひじき</p> <p>だいず</p> <p>617</p>	<p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>ごぼう</p> <p>ねぎ</p> <p>あぶらあげ</p> <p>ひらてん</p> <p>28.1</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>さとう</p> <p>でんぷん</p> <p>ごまあぶら</p> <p>ごま</p> <p>759</p>	<p>34.5</p> <p>大河内小1年 なし</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>たまご</p> <p>ふたにく</p> <p>むぎみそ</p> <p>あかみそ</p> <p>しょうが</p> <p>546</p>	<p>とうもろこし</p> <p>キャベツ</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>チンゲンサイ</p> <p>ピーマン</p> <p>にんにく</p> <p>23.3</p>	<p>こめ・むぎ</p> <p>ごまあぶら</p> <p>あぶら</p> <p>でんぷん</p> <p>アーモンド (中学校のみ)</p> <p>30.0</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>ミートボール</p> <p>ベーコン</p> <p>597</p>	<p>キャベツ</p> <p>もやし</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>ほししいたけ</p> <p>ねぎ</p> <p>23.8</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>じゃがいも</p> <p>ジャム</p> <p>パセリ</p> <p>740</p>	<p>28.9</p> <p>大河内小1年 なし</p>	
<p>20(月)</p> <p>キャベツのたまごやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>にくじゃが</p>	<p>21(火)</p> <p>しろみざかなのバーベキューソース</p> <p>コッパン</p> <p>コンソメスープ</p>	<p>22(水)</p> <p>ゆでブロッコリー</p> <p>チキンカツ</p> <p>わかめ</p> <p>むぎごはん</p> <p>すましじる</p>	<p>23(木)</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>むぎごはん</p> <p>ハッシュドポーク</p>	<p>24(金)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>トマトオムレツ</p> <p>はるやさいのポトフ</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>たまご</p> <p>たまご</p> <p>たまご</p> <p>たまご</p> <p>537</p>	<p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>さやいんげん</p> <p>キャベツ</p> <p>もやし</p> <p>18.7</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>じゃがいも</p> <p>こんにやく</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>ごま</p> <p>733</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p> <p>26.9</p>	<p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>ぶなしめじ</p> <p>にんにく</p> <p>りんご</p> <p>602</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>じゃがいも</p> <p>でんぷん</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>747</p>	<p>34.0</p> <p>高水小1年、勝間小1年、大河内小1年 なし</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>わかめ</p> <p>とうふ</p> <p>あぶらあげ</p> <p>チキンカツ</p> <p>629</p>	<p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>えのきだけ</p> <p>ねぎ</p> <p>プロッコリー</p> <p>25.5</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>あぶら</p> <p>ケーキ</p> <p>746</p>	<p>29.8</p> <p>大河内小1年 なし</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>ふたにく</p> <p>しろいんげん</p> <p>みかん</p> <p>パイナップル</p> <p>もも(おうとう)</p> <p>バナナ</p> <p>624</p>	<p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>にんにく</p> <p>みかん</p> <p>パイナップル</p> <p>もも(おうとう)</p> <p>バナナ</p> <p>19.3</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>さとう</p> <p>ゼリー</p> <p>771</p>	<p>23.0</p> <p>大河内小1年 なし</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>チキンフランク</p> <p>トマトオムレツ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>703</p>	<p>キャベツ</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>アスパラガス</p> <p>パセリ</p> <p>26.1</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>くろざとう</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>830</p>	<p>30.3</p> <p>大河内小1年 なし</p>
<p>27(月)</p> <p>しおこんぶ</p> <p>さばのしおやき</p> <p>むぎごはん</p> <p>ふたしる</p>	<p>28(火)</p> <p>いちごジャム</p> <p>キャベツのじゃこいため</p> <p>コッパン</p> <p>クリームシチュー</p>	<p>29(水)</p> <p>昭和の日</p> <p>こんだて</p> <p>☆牛乳は毎日つきます (☆毎月19日は「食育の日」です)</p> <p>おもなざいりょう (たべものはたらき)</p>	<p>30(木)</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>いためビーフン</p> <p>むぎごはん</p> <p>マーボ豆腐</p>	<p>今月の給食目標</p> <p>給食の準備をきちんとして</p> <p>★机の上をきれいにしよう</p> <p>★正しい身支度</p> <p>マスクははなとくち</p> <p>かみのけをいれる</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>ふたにく</p> <p>とうふ</p> <p>むぎみそ</p> <p>さば</p> <p>しおこんぶ</p> <p>623</p>	<p>だいこん</p> <p>にんじん</p> <p>ごぼう</p> <p>ねぎ</p> <p>キャベツ</p> <p>きゅうり</p> <p>31.8</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>さつまいも</p> <p>こんにやく</p> <p>763</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく</p> <p>しょうりょう</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>しらすぼし</p> <p>38.7</p>	<p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>キャベツ</p> <p>こまつな</p> <p>とうもろこし</p> <p>635</p>	<p>パン (こむぎこ・こめこ)</p> <p>じゃがいも</p> <p>あぶら</p> <p>ジャム</p> <p>783</p>	<p>30.1</p> <p>エネルギー-kcal/たんぱく質g 小学校 中学校</p>	<p>ぎゅうにゅう</p> <p>とうふ</p> <p>ふたにく</p> <p>あかみそ</p> <p>ひらてん</p> <p>709</p>	<p>しょうが</p> <p>にんにく</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>ねぎ</p> <p>ほししいたけ</p> <p>キャベツ</p> <p>25.9</p>	<p>こめ</p> <p>むぎ</p> <p>ごまあぶら</p> <p>さとう</p> <p>でんぷん</p> <p>ビーフン</p> <p>ゼリー</p> <p>854</p>	<p>31.1</p>								