

こんだて名		(あか) おもに からだをつくるもの		(みどり) おもに からだのちょうしをととのえるもの		(き) おもにエネルギーのもとになるもの		
		①魚・肉・卵・豆・豆製品	②牛乳・小魚・海そう	③緑黄色野菜	④その他の野菜・きのこ・果物	⑤穀類・いも類・さとう	⑥油脂	
9	金	ミルクパン ポークシチュー かいそうサラダ りんご	ぶたにく		にんじん	にんにく・たまねぎ・しめじ キャベツ・きゅうり	パン じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら
13	火	まるパン さつまいものポトフ かみかみチーズナッツサラダ あずきしらたま	鏡開きメニュー ウィンナー あずき	チーズ・しらすほし	にんじん にんじん	だいこん・たまねぎ キャベツ・きゅうり	パン さつまいも しらたまもち・さとう	カシューナッツ・あぶら
14	水	むぎごはん おやこに ゆかりあえ	たまご・とりにく・こうやどうふ (かつおぶし)・(こんぶ)		にんじん・ねぎ にんじん・ゆかり	たまねぎ・しいたけ はくさい・もやし	こめ・むぎ じゃがいも・こんにゃく・さとう	あぶら
15	木	ごはん さばのしょうがに きょうなのごますあえ たまねぎのみそしる	さば チキンフレーク とうふ・あぶらあげ・みそ	わかめ・(いりこ)	きょうな・にんじん ねぎ	しょうが キャベツ・れんこん たまねぎ・えのきだけ	こめ さとう さとう	ごま
16	金	ミルクパン とりしうどん ごぼうのツナマヨあえ こくとうビーンズ	とりにく・かまぼこ・あぶらあげ ツナ だいず	ひじき	にんじん・ねぎ みずな	たまねぎ・にんにく・しょうが ごぼう・コーン	パン うどん こくとう	あぶら ノンエッグマヨネーズ
19	月	ぶちまるむぎごはん さかなのかばやき スティックセニョールのごまネーズ だいこんとひきにくのあったかじる	ひごまるデー スティックセニョール ホキ ハム とうふ・とりにく	わかめ	スティックセニョール にんじん・ねぎ	しょうが キャベツ だいこん・たまねぎ・しいたけ・しょうが	こめ・むぎ こむぎこ・さとう	あぶら ごま・ノンエッグマヨネーズ あぶら
20	火	カットまるパン ホキフライ てりやきハンバーグ ポイルキャベツ ミネストローネ	セレクト給食 ホキフライorハンバーグ ホキ ハンバーグ			キャベツ キャベツ	パン パンこ さとう・でんぶん	あぶら あぶら
21	水	むぎごはん マーボーどうふ もやしのナムル ぼんかん	とうふ・ぶたにく・だいず・みそ	しらすほし	にんじん・ねぎ にら・にんじん	たまねぎ・たけのこ・しいたけ・しょうが・にんにく もやし ぼんかん	こめ・むぎ さとう・でんぶん	あぶら・ごまあぶら ごま・ごまあぶら
22	木	ごはん いわしのうめに しらあえ かきたまじる	いわし とうふ・みそ	(こんぶ)	ほうれんそう・にんじん にんじん・ねぎ	うめほし たまねぎ・えのきだけ	こめ こんにゃく・さとう	ごま
23	金	しょくパン しるピーフン ダブルポテトサラダ スライスチーズ	ぶたにく・かまぼこ ハム	チーズ	にんじん・ねぎ	はくさい・たまねぎ・きくらげ・しょうが きゅうり・たまねぎ	パン ピーフン	あぶら ノンエッグマヨネーズ
☆☆☆24日～30日 全国学校給食週間☆☆☆								
26	月	えいようまんてん「まごわやさしい」キーマカレー キャベツとチキンのサラダ てづくりりんごゼリー	ぶたにく・だいず・こなかつお チキンフレーク	ひじき	にんじん	たまねぎ・れんこん・しいたけ・しょうが・にんにく キャベツ・きゅうり りんごかじゅう	こめ・むぎ・さつまいも	あぶら・ごまあぶら あぶら
27	火	ミルクパン ミートボールとほうれんそうのクリームシチュー だいこんのナッツサラダ スイートスプリング	ミートボール・いんげんまめ	チーズ・ぎゅうにゅう しらすほし	ほうれんそう・にんじん にんじん	たまねぎ・しめじ だいこん・きゅうり スウィートスプリング	パン じゃがいも	あぶら カシューナッツ・あぶら
28	水	むぎごはん かみこたえぼつくん!ぶたバラとれんこんのカレーこいため もやしのごますあえ つみれじる	ぶたにく	わかめ・(こんぶ)	こまつな にんじん・ねぎ	れんこん・えだまめ・コーン もやし だいこん・えのきだけ・しょうが	こめ・むぎ こんにゃく	ノンエッグマヨネーズ・あぶら ごま
29	木	ごはん めざし そくせきづけ こんさいのみそしる		めざし		キャベツ・たくあんづけ だいこん・ごぼう	こめ	あぶら ごま
30	金	ココアパン カレージャーマンカリカリ やさいスープ フルーツヨーグルト	だいず・ベーコン ウィンナー	ヨーグルト	パセリ にんじん・チンゲンサイ	れんこん・たまねぎ・にんにく はくさい・たまねぎ・しめじ おうとう・パイ	パン でんぶん・じゃがいも	あぶら あぶら

※ 都合により、献立が変更する場合があります。
 ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。また、食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は給食室へお申し出ください。