

日付	献立名	給食写真	食品の主なたらき				エネルギー(kcal)
			エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	その他	たんぱく質(g)
8 (金)	ごはん 牛乳 すきやき ごまつなのおかかあえ		精白米 サラダ油 じゃがいも 糸こんにゃく 三温糖	牛乳 牛肉スライス 焼き豆腐 糸がっお	にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ ごまつな キャベツ	しょうゆ 酒	547 24.5
12 (火)	黒糖パン 牛乳 ポトフ フレンチサラダ 角チーズ		黒糖パン じゃがいも サラダ油 上白糖	牛乳 牛肉もも角切り ウインナー 小 角チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン 冷凍	パン袋代(クラス) 加工賃(クラス分け) 加工賃(袋入れ再クラス分け代) 赤ワイン 食塩 こしょう 白 ローリエ スープストック 水 酢	582 25.7
13 (水)	ごはん 牛乳 豚肉の甘酢あえ ごまつなの炒め煮 けんちん汁		精白米 でん粉 油 上白糖 ごま油 つきこんにゃく さといも	牛乳 豚肉もも角切り さつま揚げ 若鶏肉 むね きざみ しぼり豆腐 油揚げ	しょうが ごまつな にんじん キャベツ ごぼう だいこん ねぎ	酒 酢 しょうゆ 水 みりん 食塩 煮干し(だし)	614 29.4
14 (木)	みそラーメン 牛乳 ひじき入り中華のあえ物 甘夏かん		学校給食用中華めん 上白糖 ごま油	豚肉もも 焼き豚 中みそ 赤みそ 牛乳 ひじき	たまねぎ にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ 味付けしななく(シトルト) ねぎ にんにく しょうが キャベツ ごまつな ホールコーン 冷凍 甘夏かん	加工賃(クラス分けめん) 一味酒 チキンスープ スープストック しょうゆ こしょう 白 水 酢	588 30.2
15 (金)	赤飯 牛乳 さわらの照り焼き 昆布の酢の物 湯葉入りすまし汁		アルファー化赤飯 上白糖 でん粉 三温糖	牛乳 さわら 刻み昆布 豆腐 冷凍 カット湯葉	ごまつな りょくとうもやし にんじん たまねぎ えのきたけ 根みつば	加工賃(赤飯) 食塩 しょうゆ みりん 水 酢 削りぶし(だし) だし 昆布	534 28.6
18 (月)	カレーライス 牛乳 海藻サラダ いちごゼリー		精白米 サラダ油 じゃがいも 上白糖 ごま油	牛肉スライス 豚レバーチップ 牛乳 海藻ミックス まぐろ 水煮	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース 冷凍 キャベツ りょくとうもやし いちごゼリー	カレー粉 食塩 こしょう 白 チキンブイヨン カレールウ ウスターソース ケチャップ 水 しょうゆ 酢	650 23.6
19 (火)	胚芽パン 牛乳 豆腐のチリソース煮 ビーフンサラダ		胚芽パン サラダ油 上白糖 でん粉 ビーフン ごま油	牛乳 豚肉ももミンチ 豆腐 焼き豚	しょうが にんにく たけのこ ゆで 乾しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ	パン袋代(クラス) 加工賃(クラス分け) 加工賃(袋入れ再クラス分け代) 酒 パブリカ しょうゆ チリパウダー ケチャップ 酢	614 31.3
20 (水)	春の香りごはん 牛乳 小いわしの梅の香揚げ わらび入りみそ汁		精白米 サラダ油 油 じゃがいも	若鶏肉もも きざみ 油揚げ 牛乳 豆腐 中みそ 白みそ	たけのこ ゆで ふき 水煮 にんじん さやえんどう たまねぎ わらび 水煮カット(国産) ねぎ	みりん しょうゆ 食塩 削りぶし(だし) 水 すて塩 小いわし梅の香揚げ 煮干し(だし)	566 24.8
21 (木)	ごはん 牛乳 牛肉と野菜のオイスター炒め 華風スープ		精白米 ごま油 でん粉	牛乳 牛肉もも細切り 豚肉もも 豆腐	にんにく しょうが れんこん たけのこ ゆで にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ 白ねぎ きくらげ はくさい ねぎ	酒 スープストック しょうゆ オイスターソース 食塩 こしょう 白 チキンブイヨン 水	524 24.7
22 (金)	玄米入りごはん 牛乳 若竹煮 キャベツの甘酢あえ		アルファー化玄米 精白米 じゃがいも サラダ油 上白糖	牛乳 若鶏肉 むね きざみ 油揚げ 塩蔵わかめ しらす干し 小	たけのこ にんじん さやえんどう キャベツ ごまつな しょうが	加工賃(玄米加工賃) しょうゆ 酒 食塩 削りぶし(だし) 水 酢	529 23
25 (月)	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 寒天の酢の物 にとじゃがいものみそ汁		精白米 上白糖 じゃがいも	牛乳 さば サラダ用糸寒天 だいずダイス 油揚げ 白みそ 中みそ	ごまつな りょくとうもやし にんじん たまねぎ にと	食塩 しょうゆ 酢 煮干し(だし) 水	596 29.8
26 (火)	ハンバーガー 牛乳 豆乳コーンチャウダー(乳なし)		コッペパン 上白糖 オリーブ油 じゃがいも	牛乳 ベーコン 調製豆乳 白いんげん豆ペースト	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ パセリ ホールコーン 冷凍 クリームコーン	パン袋代(クラス) 加工賃(クラス分け) 加工賃(丸パン) 加工賃(スライス横) 加工賃(袋入れ再クラス分け代) ハンバーグ 冷凍 ケチャップ ウスターソース みりん 赤ワイン チキンブイヨン スープストック 食塩 こしょう 白 水	637 26.8
27 (水)	ごはん 牛乳 肉じゃが にしきあえ 美生かん		精白米 じゃがいも サラダ油 上白糖	牛乳 牛肉スライス	にんじん たまねぎ 冷凍さやいんげん ごまつな ホールコーン 冷凍 りょくとうもやし 美生かん	うすくちしょうゆ 酒 水 しょうゆ	534 20.1
28 (木)	ごはん 牛乳 若鶏と大豆の甘辛 たけのこの木の芽あえ えのきたけのすまし汁		精白米 でん粉 油 上白糖	牛乳 若鶏肉もも カツ用 大豆水煮 短冊いか(0.5×4) 白みそ 豆腐 塩蔵わかめ	たけのこ ほうれんそう ベースト 冷凍 木の芽 にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	食塩 こしょう 白 酒 しょうゆ みりん 水 削りぶし(だし) だし 昆布	606 25.6