

日付	献立名	給食写真	食品の主なたらき			エネルギー(000k)
			エネルギーのもとになる	体をくつるもとになる	体の調子を養えるもとになる	
2 (月)	玄米入りごはん、牛乳、じゃがいもをほろ煮、キャベツの甘酢あえ、ひじきふりかけ		アルファー化玄米、精白米、サラダ油、じゃがいも、上白糖	牛乳、牛肉ミンチ、しらす干し、小ひじきふりかけ	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、生キャベツ、しょうが	597 20.5
6 (金)	ごはん、牛乳、さわらの鰯茶揚げいそ煮、豆腐とじゃがいものみそ汁		精白米、でん粉、油、ごま油、つきごんにゃく、三温糖、じゃがいも	牛乳、さわか、若鶏肉、むね、きざみ、ひじき、だいず、豆腐、中みそ、白みそ	にんじん、ごぼう、たまねぎ、ねぎ	667 31.4
9 (月)	ごはん、牛乳、若鶏の木の芽みそかけ、小松菜のあえ物、わかめ汁		精白米、上白糖	牛乳、若鶏肉もも、カツ用、白みそ、豆腐、塩蔵わかめ	木の芽、キャベツ、こまつな、りよ、とうもろやし、にんじん、たまねぎ、ねぎ	583 25.5
10 (火)	パン、牛乳、ジャーマンポテト、ホイムインナー、コーンスープ		コッパン、じゃがいも	牛乳、ベーコン、荒びきウインナー、豆腐	たまねぎ、にんじん、ホールコーン、冷凍、クリームコーン、ねぎ	635 24.5
11 (水)	ジュース、牛乳、にんじんしりしり、もずくのみそ汁		精白米、サラダ油、上白糖、じゃがいも	豚肉もも、細切り昆布、ひじき、牛乳、まぐろ、水煮、もずく塩抜き、油揚げ、豆腐、中みそ、白みそ	にんじん、乾しいたけ、さやいんげん、生キャベツ、たまねぎ、ねぎ	544 25.6
12 (木)	肉ごぼううどん、牛乳、ひじき入り酢の物、小魚のあまから(佃煮)		学校給食用うどん、上白糖	牛肉スライス、牛乳、しらす干し、小ひじき、パプリカ	ごぼう、にんじん、たまねぎ、乾しいたけ、ねぎ、キャベツ、こまつな	538 25
13 (金)	ごはん、牛乳、豚肉のしょうが焼き、五目煮、えのきたけのみそ汁		精白米、上白糖、サラダ油、ごんにゃく	牛乳、豚肉、ローズカツ用、若鶏肉、むね、きざみ、だいず、角切り昆布、油揚げ、豆腐、塩蔵わかめ、赤みそ、中みそ	しょうが、にんじん、ごぼう、さやいんげん、生たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	675 32.3
16 (月)	ごはん、牛乳、ホキのピリ辛揚げ寒天の酢の物、華風スープ		精白米、でん粉、米粉、油、上白糖、マロニー、ごま油	牛乳、ホキ角切り、だいず、サラダ用、糸寒天、塩蔵わかめ、豚肉もも、豆腐	しょうが、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、きくらげ、ねぎ	614 26.4
17 (火)	ミートザンド、牛乳、野菜スープ、ヨーグルト		胚芽パン、サラダ油、じゃがいも	牛肉ミンチ、豚レバーチップ、大豆ひき肉、牛乳、ベーコン、レンズ豆、水煮、ヨーグルト	にんじん、たまねぎ、青ピーマン、キャベツ、パセリ、ホールコーン、冷凍	651 30
18 (水)	豆ごはん、牛乳、焼きしゃも、キャベツとたくあんのみそ汁		精白米、つきごんにゃく	牛乳、しゃも、豚肉もも、油揚げ、赤みそ、中みそ	アラスカ、キャベツ、手切たくあん、漬、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ	517 25.2
19 (木)	ベーコンときのこのサゲティ、牛乳、フレンチサラダ、角チーズ		ソフトめん、オリーブ油、でん粉	ベーコン、牛乳、角チーズ	にんにく、たまねぎ、にんじん、しめじ、えのきたけ、マッシュルーム、レトルト、ねぎ、キャベツ、ホールコーン、冷凍	647 25.8
20 (金)	ごはん、牛乳、若鶏の鹽邊揚げきゅうりの酢の物、白玉のすまし汁		精白米、でん粉、油、上白糖、白玉ふか	牛乳、若鶏肉もも、カツ用、青のり粉、塩蔵わかめ	きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	610 23.7
23 (月)	ごはん、牛乳、野菜と豆腐のいため煮、ビーフンサラダ		精白米、サラダ油、上白糖、でん粉、ごま油、ビーフン	牛乳、豆腐、豚肉もも、焼き豚	しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ゆで、乾しいたけ、キャベツ、ねぎ、きくらげ	590 25.3
24 (火)	パン、牛乳、豚肉のマーマレードソースかけ、グリーンアスパラガスのサラダ、てぼう豆のミネストローネ		コッパン、上白糖、オリーブ油、じゃがいも	牛乳、豚肉、ローズカツ用、ベーコン、冷凍、手豆	マーマレード、にんにく、キャベツ、にんじん、アスパラガス、レモン果汁、たまねぎ、パセリ、トマト、ホール	659 30.5
25 (水)	ごはん、牛乳、さけの香味揚げじゃがいものきんぴら、まわかめのみそ汁		精白米、でん粉、油、ごま油、じゃがいも、三温糖	牛乳、さけ、豚肉もも、豆腐、油揚げ、塩蔵わかめ、中みそ、白みそ	しょうが、ねぎ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、生たまねぎ	669 31.8
26 (木)	遠島ごぼう丼、牛乳、大根のあえ物		精白米、サラダ油、糸ごんにゃく、上白糖、ごま油	豚肉もも、牛乳	にんじん、たまねぎ、ごぼう、さやいんげん、生にんにく、だいこん、キャベツ	559 22.3
27 (金)	ごはん、牛乳、マーボー豆腐、中華の酢の物、美生かん		精白米、サラダ油、上白糖、でん粉、マロニー、ごま油	牛乳、豆腐、牛肉ミンチ、豚肉もも、ミンチ、赤みそ	しょうが、にんにく、にんじん、乾しいたけ、たまねぎ、ねぎ、たけのこ、ゆで、りよ、とうもろやし、きゅうり、きくらげ、美生かん	598 23.6
30 (月)	ごはん、牛乳、さばの塩焼き、干菜あえ、蒲葉入りすまし汁		精白米、上白糖	牛乳、さば、豆腐、冷凍カット湯葉	キャベツ、りよ、とうもろやし、こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	572 25.9
31 (火)	パン、牛乳、豚肉とじゃがいものオーロラソースあえ、きゅうりとキャベツのサラダ、ジュリアンスープ		コッパン、でん粉、油、じゃがいも	牛乳、豚肉もも、角切り、白みそ、ベーコン	キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、にんじん、たまねぎ、レタス、パセリ	580 24.7