













日付	献立名	給食写真	食品の主なたらき				エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
			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	
1 (金)	ごはん 牛乳 豚キムチ豆腐 もやしのナムル		精白米 ごま油 上白糖	牛乳 豚肉もも 豆腐	にら キャベツ はくさい キムチ りよくとうもやし こまつな にんじん きくらげ 白ねぎ にんにく	しょうゆ 酒 酢	562 24.7
4 (月)	ごはん 牛乳 かぼちゃのそぼろ煮 たこの酢の物 ひじきのり佃煮		精白米 サラダ油 じゃがいも 三温糖 上白糖	牛乳 牛肉ミンチ 高野豆腐 たこ スライス 塩蔵わかめ ひじきのり佃煮	たまねぎ かぼちゃ さやいんげん 生 キャベツ きゅうり	酒 しょうゆ みりん* 水 酢	618 24.3
5 (火)	パン 牛乳 豚肉のトマトジンジャーソースかけ 粉ふきいも ビーンズスープ		コッペパン オリーブ油 じゃがいも サラダ油	牛乳 豚肉ロースカツ用 ベーコン ミックスビーンズ レンズ豆 水煮	たまねぎ しょうが トマトホール にんじん キャベツ パセリ	パン袋代(クラス)* 加工賃(クラス分け) 加工賃(丸パン) 加工賃(袋入れ再クラス分け代) ケチャップ 白ワイン スープストック 食塩 こしょう 白 パジル 粉 すて塩 チキンフイヨン しょうゆ 水	630 29.6
6 (水)	とりめし 牛乳 きゅうりとキャベツの酢の物 豆腐とわかめのみそ汁		精白米 上白糖	若鶏肉もも きざみ もみのり 佃煮 牛乳 しらす干し 小 油揚げ 豆腐 下津井産乾燥わかめ 中みそ 白みそ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	みりん* しょうゆ 酢 煮干し(だし) 水	606 26.1
7 (木)	中華麺(冷麺風) 牛乳 ホキと大豆のチリソースあえ 冷凍黄桃		学校給食用中華めん でん粉 油 サラダ油 上白糖 ごま油	ロースハム千切り 塩蔵わかめ 牛乳 ホキ角切り だいず	きゅうり ホールコーン 冷凍 りよくとうもやし にんにく しょうが 冷凍 黄桃	加工賃(クラス分けめん) 中華めんのタレ ケチャップ しょうゆ トウバンジャン 酒 水	696 31.2
8 (金)	ごはん 牛乳 若鶏の梅みそ焼き きんぴら そうめん入りすまし汁		精白米 サラダ油 つきこんやく 上白糖 そうめん	牛乳 若鶏肉もも カツ用 赤みそ さつま揚げ ちらし蒲鉾	しそ葉 ねり梅 ごぼう にんじん たまねぎ 乾しいたけ オクラ	酒 みりん* しょうゆ 一味 すて塩 食塩 削りぶし(だし) だし 昆布 水	624 26
11 (月)	豚丼 牛乳 キャベツの赤しそあえ 冷凍パイ		精白米 サラダ油 糸こんにやく 上白糖	豚肉もも 牛乳	たまねぎ ごぼう にんじん ねぎ キャベツ きゅうり しそご飯の素 冷凍パイナップル	みりん* しょうゆ 削りぶし(だし) 水	521 21.3
12 (火)	ツナサンド 牛乳 トマトスープ 小魚のカレーがらめ(個袋)		ソーイブレッド ノンエッグマヨネーズ小袋 10g サラダ油	まぐろ 水煮 牛乳 ベーコン カレー パリッシュ	たまねぎ きゅうり キャベツ にんにく にんじん トマト レタス パセリ	パン袋代(クラス)* 加工賃(スライス縦) 加工賃(クラス分け) 加工賃(袋入れ再クラス分け代) 食塩 こしょう 白 しょうゆ チキンフイヨン 水	555 24.9
13 (水)	ごはん 牛乳 さけの塩こうじ焼き みょうが入り酢の物 なすのみそ汁		精白米 塩こうじ 上白糖	牛乳 さけ 塩蔵わかめ しらす干し 小 豆腐 油揚げ 中みそ 赤みそ	きゅうり キャベツ みょうが たまねぎ にんじん なす ねぎ	しょうゆ 酢 煮干し(だし) 水	540 30.8
14 (木)	夏野菜のカレーライス 牛乳 海藻サラダ 冷凍みかん		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 しらす干し 小	にんにく しょうが たまねぎ かぼちゃ なす さやいんげん 生 キャベツ きゅうり にんじん 冷凍みかん	カレー粉 食塩 こしょう 白 カレーパウダー ウスターソース ケチャップ チキンフイヨン 水 しょうゆ 酢	628 23.4
15 (金)	玄米入りごはん 牛乳 あじの南蛮漬け キャベツのおかかあえ とうがん汁		アルファ化玄米 精白米 でん粉 油 上白糖	牛乳 あじ 切身 糸がつお 若鶏肉もも きざみ 油揚げ	たまねぎ ねぎ しょうが レモン キャベツ こまつな にんじん 乾しいたけ 冬瓜	加工賃(玄米加工賃)* しょうゆ 酢 一味 削りぶし(だし) だし 昆布 食塩 水	571 26.7
19 (火)	ドッグサンド 牛乳 じゃがいも入り野菜スープ 甘夏ゼリー		コッペパン じゃがいも 甘夏ゼリー	荒びきウインナー 牛乳 ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ レタス	パン袋代(クラス)* 加工賃(クラス分け) 加工賃(スライス横) カレー粉 ケチャップ 小袋 食塩 こしょう 白 しょうゆ チキンフイヨン 水	656 23.1