

日	曜日	こんだてめい	食品のはたらき			エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	塩分 [g]	
			血や肉をつくるもの あか	力や体温となるもの きいろ	体の調子をよくするもの みどり					
1月	パーカーハウス	ハンバーグ (ケチャップソース) コールスローサラダ ABCマカロニスープ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン	パン ジャがいも マカロニ コンソメ サラダゆ さとう	にんじん きゃべつ たまねぎ スキニーニ パセリ きゅうり	606	24.7	26.0	3.3	
こどもの日メニュー										
2火	ごはん	かつおフライ おひたし とりつみれじる かしわもち	ぎゅうにゅう かつお とりのつみれ とうふ かまぼこ	こめ サラダゆ ごま かしわもち	きゃべつ にんじん ちんげんさい もやし ねぎ	659	27.8	18.7	2.5	
8月	バンズパン	ラビオリスープ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン	パン しらたき ごまあぶら ドレッシング	にんじん きゃべつ たまねぎ ごぼう だいこん きゅうり	639	19.8	28.6	2.3	
とおあし馬拉ソンおうえんメニュー										
9火	ごはん	とおあしじる ぶたにくのごまがらめ いそあえ	ショア ぶたにく あぶらあげ やきのり	こめ ごまあぶら ごま さとう	かぼちゃ なす ねぎ なましいたけ たまねぎ ちんげんさい もやし きゃべつ にんじん	597	26.1	16.5	2.4	
10水	ミニクワッサン	スパゲッティ ナポリタン シーザーサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム こなチーズ かつおフレーク	パン スパゲッティ オリーブゆ クルトン ドレッシング	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム きゃべつ きゅうり	625	24.0	26.6	2.4	
11木	カレーピラフ	えびときのこ のドリアふう カラフルサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン むきえび なまクリーム	こめ ベシャメルソース バター オリーブゆ さとう	にんじん たまねぎ パセリ えりんぎ コーン きゅうり きゃべつ あかピーマン レモンかじゅう	617	24.2	21.0	2.6	
12金	ごはん	ぶたキムチいため こまつなサラダ あつやきたまご	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろフレーク たまご	こめ むぎ ごまあぶら さとう オリーブゆ	しょうが にんにく ねぎ にら にんじん もやし はくさい キムチ こまつな きゅうり きゃべつ レモンかじゅう	637	27.6	22.4	3.0	
15月	ゆめロール	ポークビーンズ こざかなサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィナー だいす こなチーズ ちりめんじゃこ	パン ジャがいも さとう サラダゆ ごまあぶら	にんじん たまねぎ にんにく しょうが えだまめ トマト こまつな きゃべつ コーン	614	27.7	25.7	2.3	
16火	わかめごはん	なまあげのそぼろに ごまマヨネーズあえ	わかめ ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく かまぼこ	こめ さとう かたくりこ サラダゆ マヨネーズ ごま	にんじん たまねぎ えだまめ ほししいたけ こまつな きゃべつ コーン	644	25.7	26.7	2.6	
17水	ジャージャーめん (パックめん)	バンバンジーあえ カップヨーグルト	ぶたにく ぎゅうにゅう サラダチキン ヨーグルト	ちゅうかめん サラダゆ さとう ごまあぶら ピーフン ドレッシング	しょうが にんにく ねぎ ほししいたけ きゃべつ きゅうり にんじん	629	27.5	18.2	2.9	
18木	ごはん	さばのおかかに コーンのいそに ごまあえ	ぎゅうにゅう さば とりにく ひじき あぶらあげ	こめ さとう サラダゆ ごま	にんじん つきこん コーン こまつな もやし	644	27.5	23.5	2.2	
19金	はつがげんまい いりごはん	チキンカレー アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく	はつがげんまい じゃがいも 加-フル サラダゆ アーモンド オリーブゆ さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん きゃべつ きゅうり	632	20.4	21.1	2.3	
22月	くろパン ソフトチーズ	きのことチキンの クリームシチュー フレンチサラダ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ	パン ジャがいも ベシャメルソース サラダゆ オリーブゆ さとう	にんじん たまねぎ えりんぎ コーン パセリ きゅうり きゃべつ あかピーマン	636	25.9	27.4	2.5	
23火	ごはん	マーボーあつあげ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく	こめ サラダゆ さとう かたくりこ ごまあぶら はるさめ ごま	にんにく しょうが なす ねぎ たけのこ ほししいたけ きゃべつ きゅうり にんじん	644	24.7	25.1	2.0	
24水	ロールパン ジャム&マーガリン	ごもくにこみうどん ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ かつおフレーク	パン うどん さとう いちごジャム マーガリン	にんじん ねぎ にら ほししいたけ えのきたけ きゅうり きゃべつ たまねぎ レモンかじゅう	611	26.6	24.2	3.2	
25木	ごはん	にくじゃが ひじきのピリッとづけ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ ひじき サラダチキン	こめ ジャがいも しらたき さとう サラダゆ ごまあぶら ごま	にんじん たまねぎ えだまめ きゅうり きゃべつ	636	24.4	20.2	1.9	
26金	とりめし (むぎごはん)	くきわかめサラダ いなかじる	とりにく ぎゅうにゅう なまあげ くきわかめ まぐろフレーク みそ	こめ むぎ さとう じゃがいも こんにやく ごまあぶら	しょうが にんじん だいこん ごぼう ねぎ きゅうり きゃべつ	604	23.8	18.8	3.4	
29月	きなこあげパン	ポトフ いかくんサラダ	きなこ ぎゅうにゅう ぶたにく ウィナー いかくんせい	パン サラダゆ さとう じゃがいも オリーブゆ	にんじん たまねぎ きゃべつ さやいんげん しめじ だいこん きゅうり セロリー	621	25.4	26.6	2.8	
30火	ごはん	とりにくの マーマレードソースかけ おかかあえ わかめからみスープ	ぎゅうにゅう とりにく わかめ とうふ かつおぶし	こめ かたくりこ サラダゆ ごま ごまあぶら	しょうが ルッ マーメイド にら たまねぎ ねぎ きゃべつ ちんげんさい もやし にんじん	644	24.1	23.5	2.8	
31水	せわりパン	カレーやきそば フルーツクリームあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム なまクリーム クリームチーズ	パン ちゅうかめん サラダゆ	きゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン もやし みかん パイナップル もも ようなし	636	23.0	26.4	1.8	
毎月19日は「いただきますの日」ゆたかな心と体をはぐみます						期間平均	629	25.0	23.4	2.6
※ 食材料購入の都合により献立内容に 多少の変更が生ずる場合もあります。						基準値	650	27.5	18.5	2.0
※ 5月の給食費の引き落としは 4月分と合わせて5月25日(木)になります。										
ご入金は余裕をもってお願い致します。										

