

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	かや体温となるもの きいろ	体の調子をよくするもの みどり					
8	月	しょくパン	ミートボールのトマトクリームにスライスチーズ	ぎゅうにゅう ミートボール スライスチーズ	パン	にんじん たまねぎ きゃべつ コーン グリンピース	672	29.1	28.8	2.6
9	火	ごはん	きのこストロガノフ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム	ごはん サラダゆ バター さとう	たまねぎ にんじん しめじ えりんぎ マッシュルーム にんにく トマト	617	19.4	21.3	2.6
10	水	ツイストパン	きのこストロガノフ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム	パン サラダゆ バター さとう	たまねぎ にんじん しめじ えりんぎ マッシュルーム にんにく トマト	615	21.3	26.7	2.9
11	木	ぶたどん	ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく なた ヨーグルト	ごはん さとう	しょうが たまねぎ しらたき グリンピース	609	25.2	17.1	1.7
12	金	ぶたどん	ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく なた ヨーグルト	ごはん さとう	しょうが たまねぎ しらたき グリンピース	609	25.2	17.1	1.7
15	月	しょくパン	ミートボールのトマトクリームにスライスチーズ	ぎゅうにゅう ミートボール スライスチーズ	パン	にんじん たまねぎ きゃべつ コーン グリンピース	672	29.1	28.8	2.6
分散登校 のため簡易給食・同メニューになっています										
16	火	ごはん	マーボー豆腐 さんしょくナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ にくたんこ	ごはん さとう さらだゆ ごまあぶら さとう かたくりこ しろいりごま	にんじん ピーマン ねぎ ほししいたけ にんにく しょうが もやし きゅうり	641	27.3	21.8	2.2
17	水	せわりパン	やしそば フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり カルピス	パン やきそば サラダゆ	きゃべつ たまねぎ もやし にんじん ピーマン ほししいたけ もも みかん パイナップル ゼリー レモン	610	21.3	15.7	2.5
18	木	はつがげんまい ごはん	ポークカレー かみかみあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく サラダチキン	はつがげんまいごはん サラダゆ じゃがいも カレー ごま さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ しょう が にんにく きりほしだい こん きゅうり	671	20.8	20.3	2.2
19	金	とりめし (むぎごはん)	いなかじる アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ	むぎごはん さとう じゃがいも アーモンド オリーブゆ	しょうが にんじん だいこ ん ごぼう ねぎ こんにゃ く きゃべつ きゅうり	612	21.9	18.3	2.4
22	月	ハンスパン	ポトフ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	パン じゃがいも ごまあぶら ドレッシング	にんじん たまねぎ きゃべつ さやいんげん しめじ ごぼう きゅうり しらたき	603	19.7	26.1	2.6
23	火	カレーピラフ	チキンとマッシュルームのドリアあぶら こまつなサラダ	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム ツナ	ピラフ バター さとう	にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム こまつな きゅうり きゃべつ レモン	652	23.8	24.2	2.4
24	水	こめっこぱん	スパゲッティナポリタン フレンチサラダ おいわいクレープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム こなチーズ	パン スパゲッティ オリーブゆ サラダゆ クレープ	たまねぎ にんじん ピーマ ン マッシュルーム きゅう り きゃべつ パプリカ	643	24.3	24.8	2.3
25	木	ごはん	にくじゃが ごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ	ごはん じゃがいも さとう サラダゆ すりごま	にんじん たまねぎ しらた き えだまめ こまつな も やし	636	24.8	20.0	1.7
26	金	むぎごはん	カルピススープ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご	むぎごはん ごまあぶら さとう はるさめ ごま	キムチ だいこん にんじん ねぎ たら しょうが にんにく ほししいたけ きゃべつ きゅうり	644	20.9	22.3	2.6
29	月	ココアパン	ポークビーンズ コールスローサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー グレートノーザン だいす こなチーズ	パン じゃがいも さとう サラダゆ オリーブゆ	にんじん たまねぎ にんに く グリンピース トマト きゃべつ きゅうり	612	26.2	23.1	2.3
30	火	おせきはん	とんじる ごまマヨネーズあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ かまぼこ	せきはん じゃがいも サラダゆ さとう すりごま	にんじん だいこん ごぼう しいたけ ねぎ こんにゃく こまつな きゃべつ コーン	611	21.6	22.6	2.7
		にゅうがく・しんきゅう おめでとメニュー					631	23.6	22.3	2.4
							(基準値) 650	24.0	20~ 30	2.0

※ 食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。
 ※ 6月・7月の給食費は7月27日(月)にまとめて引き落としとなります。
 余裕をもってご入金をお願い致します。
 ★手洗い指導をはじめ、給食配膳時には可能な限り職員が行ったり、
 手袋着用等、衛生管理には充分配慮いたします。

はし・スプーンを
わすれずにもってきてね☆

