

日	こんだて名	ざいりょう名	エネルギーたんぱく質しぼう	日	こんだて名	ざいりょう名	エネルギーたんぱく質しぼう			
1 水	ごはん みそしる ぶたにくのしょうがやき ナムル ぎゅうにゅう	木綿豆腐・わかめ・里芋	687	17 金	ごはん さつまいも さけのチーズフライ かぼちゃサラダ ぎゅうにゅう	さつまいも・油揚げ・突きこんにやく	724			
		油揚げ・大根・人参・青ねぎ	30			ごぼう・人参・もやし	29			
		みそ・削り節 豚肉(10)・菜種油・生姜 砂糖・みりん・酒・しょうゆ 小松菜・大豆もやし 白ゴマ・砂糖・米酢 しょうゆ・ごま油	24			サケ切身(10)・粉チーズ・小麦粉 パン粉・塩・こしょう・菜種油 かぼちゃ・プレスハム・塩 こしょう・マヨネーズ	21			
2 木	げんりょうパン しょうゆラーメン かつおのたつたあげ プチトマト ぎゅうにゅう	中華めん・焼き豚・玉ねぎ	574	20 月	ごはん すましじる さばのしおやき だいこんおろし アセロラゼリー ぎゅうにゅう	焼き麩・わかめ・かまぼこ	657			
		人参・もやし・青ねぎ	31			えのきだけ・白菜・人参	29			
		生姜・豚骨スープ・鶏がらスープ・でん粉 しょうゆ・ごま油・塩・こしょう カツオ角切り・小麦粉・でん粉 菜種油・生姜・砂糖・みりん 酒・しょうゆ プチトマト(20)	18			サバ切身(10)・塩・菜種油 大根・しょうゆ アセロラゼリー(10)	19			
6 月	ごはん わかめスープ チンジャオロース じゃこのいりに ぎゅうにゅう	焼き豚・わかめ・玉ねぎ	594	21 火	パン オニオンスープ ビーフストロガノフ プチトマト ぎゅうにゅう	鶏肉・玉ねぎ・オニオンソー	586			
		人参・もやし・青ねぎ	25			人参・パセリ・菜種油・白ワイン	26			
		鶏ガラスープ・しょうゆ 豚肉・ピーマン・たけのこ・人参 生姜・砂糖・酒・しょうゆ・菜種油 ちりめんじゃこ・白ゴマ サラダ油・砂糖・みりん 酒・しょうゆ	17			鶏がらスープ・塩・こしょう 牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ 小麦粉・トマケチャップ・ウスターソース バター・生クリーム・牛乳 塩・こしょう・菜種油 プチトマト(20)	25			
7 火	パン にくだんごのスーフ ベーコンエッグ りんご マーシャルピーンズ ぎゅうにゅう	肉団子・玉ねぎ・白菜	622	22 水	ごはん ぶたじる たまごやき れんこんチップス ぎゅうにゅう	豚肉・突きこんにやく・大根	658			
		しいたけ・人参・青ねぎ	26			油揚げ・ごぼう・人参	27			
		鶏ガラスープ・しょうゆ 鶏卵・ベーコン・玉ねぎ パセリ・菜種油・塩・こしょう りんご(1/80) マーシャルピーンズ(10)	26			もやし・白菜・青ねぎ みそ・削り節 卵焼き(10) れんこん・塩・菜種油	21			
8 水	カレーライス かいそうサラダ ぶくじんづけ ぎゅうにゅう	牛肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ	686	24 金	さつまいもごはん(げんりょう) けんちんじる ゆずしょうからあげ わかめと はくさいのすのもの ぎゅうにゅう	さつまいも(角切り)・塩・酒	634			
		グリーンピース・にんにく・生姜	24			木綿豆腐・油揚げ・こんにやく・里芋	27			
		りんごピューレ・コーン・カレールウ トマケチャップ・ウスターソース・しょうゆ 塩・こしょう・菜種油 海藻ミックス・ササミチャック・人参 きゅうり・キャベツ・コーン・和風ドレッシング 福神漬	20			人参・チンゲン菜・もやし・青ねぎ 酒・しょうゆ・削り節 鶏もも肉(10)・ゆずこしょう・酒 しょうゆ・でん粉・小麦粉・菜種油 わかめ・白菜・きゅうり・白ゴマ ちりめんじゃこ・砂糖・米酢・しょうゆ	21			
9 木	うずまきパン かふうスープ ポテトピザ だいちのくろざとうがけ ぎゅうにゅう	焼き豚・春雨・玉ねぎ	599	27 月	おやこどんぶり ちくさあえ たくあんづけ ぎゅうにゅう	鶏肉・鶏卵・玉ねぎ	614			
		もやし・人参・青ねぎ	28			かまぼこ・人参・青ねぎ・砂糖	28			
		鶏がらスープ・しょうゆ じゃがいも・チーズ・ベーコン 玉ねぎ・ピーマン・ピザソース 菜種油 炒り大豆・きなこ・黒砂糖	22			みりん・しょうゆ・削り節 いか・油揚げ・キャベツ もやし・人参・ごま油 砂糖・米酢・しょうゆ たくあん漬	16			
10 金	ごはん はっほうさい あげざかなのあんかけ ポイルキャベツ ひじきのつくだに ぎゅうにゅう	豚肉・いか・白菜・玉ねぎ	638	28 火	パン コーンスープ ミンチカツ ポイルキャベツ ヨーグルト ぎゅうにゅう	鶏肉・ひよこ豆・玉ねぎ	631			
		人参・しいたけ・チンゲン菜	31			キャベツ・コーン・人参	26			
		たけのこ・菜種油・しょうゆ 鶏がらスープ・塩・こしょう・でん粉 たら切身(10)・小麦粉・でん粉・菜種油 砂糖・しょうゆ・トマケチャップ・米酢 キャベツ・ウスターソース ひじきの佃煮	16			パセリ・鶏がらスープ・コンソメの素 塩・こしょう ミンチカツ(10)・菜種油 キャベツ・ウスターソース ヨーグルト(10)	21			
13 月	ごはん すいながしじる ぎゅうにくと ごぼうのなんぼんに きゅうちゃんづけ ぎゅうにゅう	鶏卵・玉ねぎ・大根・長芋	601	29 水	げんりょうごはん カレーうどん ささみのちゅうかサラダ みかん ぎゅうにゅう	うどん・牛肉・油揚げ・玉ねぎ	655			
		人参・青ねぎ・削り節・しょうゆ	25			人参・青ねぎ・カレールウ	26			
		牛肉・ごぼう・砂糖・酒 みりん・しょうゆ・菜種油 一味唐辛子・削り節 きゅうり・生姜・米酢 砂糖・しょうゆ・唐辛子	16			カレー粉・しょうゆ・みりん でん粉・昆布・削り節 ササミチャック・ほうれん草・人参 もやし・サラダ油・酒 米酢・しょうゆ みかん(10)	16			
14 火	パン やさいスープ ウインナー ツナサラダ ぎゅうにゅう	鶏肉・じゃがいも・キャベツ	660	30 木	こくとうパン クリームシチュー おんやさいのサラダ かりかりごぼう ぎゅうにゅう	黒砂糖	639			
		玉ねぎ・人参・マカロニ・パセリ	29			鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ	22			
		塩・こしょう・コンソメの素・鶏がらスープ ウインナー(20)・菜種油 ツナ・キャベツ・きゅうり コーン・塩・こしょう マヨネーズ	31			人参・グリーンピース・マーガリン 小麦粉・チーズ・牛乳・コンソメの素 さつまいも・かぼちゃ・キャベツ サウザンドドレッシング ごぼう・でん粉・菜種油 砂糖・米酢・しょうゆ	22			
15 水	きのこごはん(げんりょう) なすとあげさんのみそしる さといもと ぶたにくのにっころがし みかん ぎゅうにゅう	きのこご飯の素	564	<div data-bbox="1092 2433 1984 2507" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 7日(火)「りんご」、15日(水)、29日(水)「みかん」は、生の果物です。 </div> <div data-bbox="1123 2522 1218 2700" style="display: inline-block; vertical-align: middle;">  </div> <div data-bbox="1260 2567 1711 2656" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> マヨネーズは卵、りんご不使用です。 </div> <div data-bbox="1732 2522 1984 2656" style="display: inline-block; vertical-align: middle;">  </div> <div data-bbox="1092 2715 1249 2849" style="display: inline-block; vertical-align: middle;">  </div> <div data-bbox="1302 2715 1995 2864" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 私の名前は『クッキー』、6年生が考えてくれた 献立の日に登場します。アイデアいっぱいの給食を お楽しみください。詳しくは裏面をご覧ください。 </div>						
		なす・油揚げ・わかめ	21							
		人参・玉ねぎ・青ねぎ	13							
16 木	げんりょうパン ミートスパゲティ フルーツジュレ ぎゅうにゅう	人参・グリーンピース・マッシュルーム	654							
		トマト水煮・トマケチャップ・トマトピューレ	24							
		ウスターソース・赤ワイン・菜種油 塩・こしょう・サラダ油 あわせるゼリー・(缶)パイナップル (缶)みかん・(缶)黄桃	19							