

## 学校給食予定献立表



[5 		Τ	粉 料 答				※	<sup>よう</sup> りょう 養 量
ようび <b>曜日</b>	献立名	牛乳	熱や労のもとになる食品	からだ。つく しょくひん <b>体を作る食</b> 品	体の調子を整える食品	<sub>ちょうみりょう</sub> 調味料・その他	I*ル‡° -	たんぱく質
3	ごはん		こめ				(キロカロリー)	(ŋ゚ ラム)
月	やきどうふの		なたねあぶら	ぶたミンチ	たまねぎ にんじん	みそ しょうゆ	621	28.8
	みそそぼろに		さんおんとう	やきどうふ	しょうが にんにく	トウバンジャン		
			かたくりこ		ほししいたけ ねぎ	がらスープ (チキン)		
	もずくスープ	MILK		もずく	えのきたけ ねぎ	けずりぶし しょうゆ	808	34.6
						しょうゆ さけ		
4	ちゃめし		こめ ごま	だいず		ばんちゃ しお		
火	ちくわのいそべあげ	" .	てんぷらこ	ちくわ				
			なたねあぶら	あおのり			618	23.3
	ひじきのいために		なたねあぶら	ひじき	にんじん	しょうゆ みりん		
		MILK	さんおんとう	とりにく		けずりぶし	829	30.1
	すましじる	"			もやし こまつな	けずりぶし だしこんぶ		
					にんじん	しょうゆ しお		
5	むぎごはん		こめ おおむぎ					
水	チャプチェどんぶり	"	はるさめ ごまあぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん	しょうゆ しお こしょう		
		П	さんおんとう		しめじ きりぼしだいこん	トウバンジャン	584	20.1
		CAAS	なたねあぶら		にんにく ほうれんそう	がらスープ (チキン)		
	わかめスープ	MILK		わかめ	きゃべつ	がらスープ(チキン)	757	24.3
					えのきたけ	しょうゆ しお こしょう		
	さくらんぽゼリー	"	さくらんぼゼリー					
6	ごはん		こめ					
木	とりじゃが		じゃがいも	とりにく	たまねぎ にんじん	みりん さけ	600	21.6
		CAAS	なたねあぶら		さんどまめ	しょうゆ		
			さんおんとう				783	25.9
	みそしる			とうふ	はくさい ねぎ	けずりぶし みそ	1	
7	バターロール(中高2個)		バターロール					
金	ツナとトマトの		スパゲティ	まぐろみずに	たまねぎ ピーマン	トマトケチャップ゜トマトヒ゜ューレ	570	21.8
	スパゲティ		なたねあぶら	ベーコン	にんじん トマトみずに	ウスターソース しお こしょう		
	やさいサラダ		なたねあぶら		きゃべつ にんじん	す しお しろワイン	776	27.9
	( 0 ) )	MILK	さんおんとう		たまねぎ さんどまめ	しょうゆ みりん		
10	ごはん		こめ					
月	ぶたにくの		ごまあぶら	ぶたにく	うめぼし 🙈	しょうゆ みりん	593	25.8
′	うめふうみやき		20103-0-2		0	さけ	000	
	ほうれんそうと		なたねあぶら	ベーコン	きゃべつ コーン	しお こしょう		
	コーンのソテー	MILK	0721005013		ほうれんそう		778	31.0
	みそしる			わかめ	たまねぎ ねぎ	けずりぶし みそ		0
11	しめじごはん		こめ	15.6.05	しめじ	さけ みりん しょうゆ		
	すずきのてんぷら		なたねあぶら	すずきてんぷら			593	22.3
^	きゃべつとあおじその		ごまあぶら		きゃべつ にんじん	す しお しょうゆ		
	すのもの		さんおんとう	20	あおじそ	からし		
	かきたまじる	MILK	かたくりこ	たまご	たまねぎ ねぎ	けずりぶし しょうゆ	757	25.8
				とうふ		しょうゆ しお		
12	むぎごはん		こめ おおむぎ	23.0		0.000		
	ぶたとん		なたねあぶら こんにゃく	ぶたにく	にんじん <b>たまねぎ</b>	みりん さけ		
~``	10.72 6.70	П	さんおんとう	1517212	ねぎ	しょうゆ	580	24.6
	みそしる		C700070C3	あぶらあげ	だいこん しめじ	けずりぶし みそ	- 000	21.0
		MILK		わかめ	5.55		764	29.5
	きゃべつのそくせきづけ	MALK		しおこんぶ	きゃべつ にんじん	す しお	1	_5.0
	C + 1303 C 1 C C 313			0000,000	しょうが			
13	ごはん	1	こめ		- 5. 5.0			
	とりにくとアスパラの		さんおんとう	とりにく	しょうが にんにく 🕼	みそ みりん	614	27.3
•••	みそいため		かたくりこ		グリーンアスパラ	さけ しお		
			なたねあぶら		たまねぎ にんじん			
	やさいスープ	MILK		+	きゃべつ たまねぎ	がらスープ(チキン)	804	32.9
					しめじ	しょうゆ こしょう	504	ت.ے
11	こくとうパン	+	こくとうパン	1		JOS JUN COS J		<del>                                     </del>
	だいずのカレーに		なたねあぶら	だいず	たまわぎ にんじん	トマトケチャップ゜ ウスターソース ローリエ	602	26.1
717	1,CV1907/30 IC		101C100000101	ぶたにく	しょうが にんにく	カレールウ しお こしょう	002	20.1
				131/212 \	パセリ	がらスープ(チキン)		
	かいそうサラダ	MILK		かいそうミックス	きゃべつ きゅうり	す しょうゆ	747	31.4
ł	~ v. c J J J J		さんおんとう	75 V. C J \77/A		しお こしょう	, 4,	51.4
	<u> </u>	1	C100010CJ	1	<u>.</u>	1000 CO4J	<u> </u>	<u> </u>

## 17	14H - EA	
おしている		Eんぱく質 (ク゚ラム)
マーマレードやき   ボテトのチーズあえ   させんしん   であぶら   であぶら   であぶら   であぶら   であぶら   であぶら   であぶら   であるがら   であ	591 20	26.5
ボテトのチーズあえ きゃべつのごまスープ   しゃがいも	391 2	20.0
まゃべつのごまスープ   こま   ぶたにく   きゃべつ にんじん   がらスープ (チキンしお こしょう し しょうが おき   しお こしょう し		
18	768 3	31.9
かでぶたのおろしあえ   ショア セレクト   さんぶんとう   ぶたにく   だいこん   さけ しょうゆ す しちみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であるいら   であるいら   かだくりこ   さんぶんとう   であるいら   かだくりこ   さんぶんとう   でんじん   できれるいら   できれるいら   できれるいら   できれるいら   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   できれるいら   できれるい		
かでぶたのおろしあえ   ショア セレクト   さんぶんとう   ぶたにく   だいこん   さけ しょうゆ す しちみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であみとうがらし   であるいら   であるいら   かだくりこ   さんぶんとう   であるいら   かだくりこ   さんぶんとう   でんじん   できれるいら   できれるいら   できれるいら   できれるいら   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   でんじん   できれるいら   できれるい	プレーン	ン
さんぴらごぼう	599 2	25.2
きんぴらごぼう	792 30	30.7
### ### ### #########################	ブルーベリ	リー
### ### #############################	611 2	25.0
おそしる   マスカット   とうふ   しめじ <b>おき</b>   けずりぶし みそ   19   むぎごはん	804 30	30.5
19 むぎごはん ちゅらうみどんぶり こめ おおむぎ なたねあぶら かたくりこ さんおんとう アルファベットマカロニ ベーコン 記録を置 にんじん がらスープ (チャン しょうゆ しお こ しょうか しょうゆ しお こばん さばのなんぶやき やさいいため こま さば しょうが さけ みりん しょうゆ しお こしょう かそしる こくさんこむぎのパン まゃべつ もやし ヒカ こしょう かんしゅ デキンカツ このぎこ パンこ なたねあぶら たまご ちゅべつ にんじん しお こしょう カーンスープ このぎこ パンこ なたねあぶら たまご きゃべつ にんじん しお こしょう ソース しお こしょう アーフ・クリームコーン がらスープ (チャン からスープ (チャン しお こしょう ソース なたねあぶら たまご ちゃべつ にんじん しお こしょう ソース なたねあぶら たまご ちゃべつ にんじん しお こしょう ソース からスープ (チャン しん) こ しん こくさんしょう しゃかりこ なたねあぶら なたれあぶら なたれるぶら なたれるがら なたれるがら なたれるぶら なたれるがら なんれんさい しょうかん されんさい しお こしょう しゃかりのこ なたれるがら なたれるがら なんだんさい しお こしょう なたれるがら なたれるがら なんがら なんれるがら なんれんさい しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこ しゃからこう なんがら なんしゃく なんしゃく なんこう なん なんがら なん こう しゃからこ しゃからこう なん なん なんがら なん こう しゃからこう なんがら なんれんさい しゃく なんがら なんがら なん こう しゃく なんこう なん なんがら しゃく なん なんがら しゃく なんがら なんがら なんがら なんがら なんがら なんがら なんがら なんがら	マスカッ	ソト
大   ちゅらうみどんぶり   なたねあぶら   おすく   次をおぎ   ピーマン   しょうゆ   みりん さけ   かたくりこ   さんおんとう   アルファベットマカロニ   ベーコン   記事がぎ   にんじん   がらスープ (チキン ) しょうが   しょうが   しょうゆ   しまうゆ   しまうゆ   しまうが   さば のなんぶやき   でさいいため   でまれあぶら   ベーコン   きゃべつ もやし   しお こしょう   ピーマン   みぞしる   こくさんこむぎのパン   こくさんこむぎのパン   こくさんこむぎのパン   こくさんこむぎのパン   こままご   でもさい   コーンスープ   コーンスープ   コーンスープ   コーンスープ   コーンスープ   コーンスープ   コーンスープ   カック・マース   でまれまぶら   でまれまがら   ではれまがら   でまれまがら   でまれまがら   ではれまがら   ではれまがら	578 24	24.7
本   ちゅらうみどんぶり   なたねあぶら かたくりこ さんおんとう   でんじん   からスープ   でんじん   からスープ (チャン	771 30	30.2
### ### ### ### #####################		
さんおんとう   にんじん   がらスープ (チキンカツ   上来ねぎ にんじん   かりのこ   上来れぎ にんじん   みりん さけ しょう しゅう にんじん   上来れぎ にんじん   上来れば   上	566 20	20.7
ABCスープ		
20		
20	748 24	24.9
さばのなんぶやき	しょう	
ゆさいいため       なたねあぶら       ペーコン       きゃべつ もやし ビーマン       しお こしょう         みそしる       あぶらあげ       たまねぎ ねぎ       けずりぶし みそ         21 こくさんこむぎのパン金       こくさんこむぎのパン こむぎこ パンこ なたねあぶら       とりにく たまご       しお こしょう ソース しお こしょう コーンスープ         ゆでやさいコーンスープ       コーン クリームコーン がらスープ (チャン たまねぎ ちんげんさい しお こしょう しお こしょう し かかりこ なたねあぶら       こめ ゆかりこ         24 ゆかりごはん ほかりでにくと       なたねあぶら ぶたにく ままねぎ にんじん みりん さけ しょ		
### ### #############################	うゆ 607 25	25.1
みそしる     あぶらあげ     たまれぎ ねぎ     けずりぶし みそ       21 こくさんこむぎのパン金     こくさんこむぎのパン     こくさんこむぎのパン     しお こしょう       ゆでやさいコーンスープ     きゃべつ にんじん しお こしょう       コーンスープ     コーン クリームコーン がらスープ (チャン たまねぎ ちんげんさい しお こしょう しお こしょう しかりのこ       24 ゆかりごはん こめ なたれあぶら ぶたにく ままれぎ にんじん みりん さけ しょ		
21	841 3	32.7
金     チキンカツ     こむぎこ パンこ たたねあぶら たまご ソース しお こしょう ソース しかでやさい コーンスープ コーンスープ コーン クリームコーン がらスープ (チキン たきねぎ ちんげんさい しお こしょう しかりこ しん こめ ゆかりこ なたねあぶら ぶたにく たきねぎ にんじん みりん さけ しょ なたねあぶら ぶたにく たきねぎ にんじん みりん さけ しょ ない しゅう しゅう しゅう しゅう しょう しゅかりこ なたねあぶら いたにく たきねぎ にんじん みりん さけ しょ しゅう		
なたねあぶら たまご ソース サース しお こしょう コーソスープ コーソスープ コーソ クリームコーン がらスープ (チキン たまをもぎ ちんげんさい しお こしょう し しかりこ しん こしょう し ゆかりこ なたねあぶら ぶたにく たまねぎ にんじん みりん さけ しょ		
ゆでやさい コーンスープ コーンスープ コーン クリームコーン がらスープ (チキン たまねぎ ちんげんさい しお こしょう し しかりこ し	598 2	27.6
コーンスープ		
<b>たきねぎ</b> ちんげんさい しお こしょう し ゆかりこ		
24   ゆかりごはん   こめ   ゆかりこ   ゆかりこ   万たにくと   万たねあぶら   万たにく   元をねま にんじん   みりん さけ しょ		33.0
月 ぶたにくと	よつゆ	
月   かににくて   一   なだはめのら   かいたにく   にまゆき にんしん   みりん さけ しょ	5/h 601 0	27.0
<b>あつあげのにもの</b>   「対象」   さんおんとう   あつあげ   さんどまめ   けずりぶし	うゆ 621 2°	27.9
あつあげのにもの	810 3	33.5
1950 00 10 9 9 15 10 00 C	810   3.	0.0
<b>25 ごはん</b> こめ		
W <b>あじのたんぱんづけ</b> かたくりこ さんおんとう あじ しょうが <b>ねぎ</b> みりん さけ す	614 2	26.4
こめこ なたねあぶら	"   -	
<b>いそかあえ</b> さんおんとう きざみのり きゃべつ きゅうり す しょうゆ		
ΓΑυ	766 29	29.3
<b>みそしる</b> ふ もやし にんじん けずりぶし みそ		
26 <b>ご</b> はん こめ		
<b>水 すぶた</b>   かたくりこ   ぶたにく <b>たまねぎ</b> にんじん   しょうゆ す		
<b>ピーマン</b> たけのこみずに ウスターソース	589 2	22.3
なたねあぶら しょうが トマトみずに		
ほししいたけ	774 20	26.8
<b>にらスープ</b> わかめ えのきたけ にら がらスープ (チキン	)	
ちんげんさい しお こしょう し	ょうゆ	
<b>27</b>   <b>むぎごはん</b>		
木   チキンカレー   なたねあぶら   とりにく   しょうが にんにく   がらスープ(チキン	630 20	20.4
しゃがいも たまねぎ にんじん カレールウ しお		
F₹F/T₹±y7° 9ZØ-V-Z	O-JI	
<b>きりぼしだいこんの</b>	820 24	24.7
<b>サラダ</b> さんおんとう にんじん こまつな しょうゆ		
28   <b>あじつけパン</b>		
金   <b>たまごのココット</b>     なたねあぶら   たまご   <b>たまがき</b>   しお こしょう あ		26.4
きゅうミンチ マッシュルーム トマトゲチャップ ウスタ-ソ-フ		
えだまめのしおゆで えだまめ しお		
<b>あおなスープ</b>	) 708 30	30.7

※ 太学は、八幡市産の野菜です。 栄養量は、上段 小学部、下段 中・高等部です。 \* 都合により、献立を変更する場合があります。



平成17年に「後脊基本法」が制定・施行され、「食脊推進基本計画」により、毎年6月は 食育月間、19日は食育の白と楚められました。この期間、空国ではさまざまな「食育」に 関する取り組みが行われています。毎日食べている身近な「食」について、家族で話し合って みましょう。

