



8	献立名	赤の (血や肉 1群		黄の食 (熱や力に 5群			の食品 子を整える) 4群	エネルギー kcal	8	献立名	赤の: (血や肉 1群		黄のf (熱や力に 5群			の食品 子を整える) 4群	エネルギー kcal	
水	フレンチトースト	98	牛乳	食パン,砂糖	バター				木	ごはん			精白米	(☆宮;	城県大崎市☆さる	· 結		
	ポークシチュー	豚肉	粉チーズ	じゃがいも、小麦粉	油,バター	にんじん,トマト缶	にんにく,しょうが,玉葱, マッシュルーム缶	780		いかのチリソース	いか切り身		でんぷん、砂糖	油		にんにく,しょうが	747	
	オニオンドレッシングサラダ			砂糖	油,ごま油	にんじん赤ピーマン	きゅうり,キャベツ,玉葱			茎ワカメサラダ	白みそ	くきわかめ	砂糖	油,ごま油,白ごま	にんじん	キャベツ,きゅうり	747	
	牛乳		牛乳							具沢山みそ汁/牛乳	豚肉,油揚げ,赤み そ,白みそ/	/牛乳		油/	にんじん/	キャベツ,しめじ,大根,ごぼ う,長ねぎ,こんにゃく/		
2 木	わかめご飯		炊き込みわかめ	精白米				740	17	ごはん/牛乳		/牛乳	精白米/					
	鶏肉と大豆のうま煮	生揚げ,鶏肉,大豆		砂糖,じゃがいも	油	にんじん	たけのこ,ごぼう, こんにゃく			魚のねぎ味噌焼き	さけ,赤みそ		砂糖	ごま油		長ねぎ	730	
	野菜のピリ辛あえ			砂糖	ごま油	こまつな,にんじん	きゅうり,大豆もやし,にん にく] ' '	金	野菜のそぼろ煮	豚肉		じゃがいも,砂糖,で んぶん	油	にんじんさやいんげん	玉葱,たけのこ,干し椎茸	1 /00	
	牛乳		牛乳							もずくスープ	鶏肉,卵	沖縄もずく	でんぶん		にんじん,こまつな	長ねぎ		
	鮭と野沢菜のご飯	鮭		精白米	油	野沢菜漬け		730		きのこご飯	油揚げ		精白米,もち米,砂糖			ぶなしめじ,えのきたけ,ま いたけ	\Box	
_	煮込みおでん	鶏肉,さつま揚げ,竹 輪,がんも,うすら卵		ちくわぶ、砂糖		にんじん	だいこん。こんにゃく		月	厚焼きたまご	豚肉,卵		砂糖	油	にんじん	干し椎茸,玉葱	751	
月	わかめサラダ		生わかめ	砂糖	白ごま	にんじん	きゅうり,キャベツ,もやし, 玉葱			青菜と蒸し鶏の和え物	息さち誤		砂糖		ほうれんそう,にんじん	もやし	- 731	
	果物(みかん)/牛乳		/牛乳				みかん/			さつまいものみそ汁/牛乳	赤みそ,白みそ/	/牛乳	さつまいも	油/		ごぼう,だいこん,長ねぎ,こ んにゃく/		
	シナモン揚げパン			コッペパン,砂糖	油			773	21 火	ごはん/牛乳		/牛乳	精白米/					
7	豚肉とコーンの煮込み	ベーコン,豚肉,レン ズ豆	,	じゃがいも、でんぶん	油	にんじん	玉葱,コーン			ハンバーグBBQソース/	豚肉,調製豆乳		生パン粉		玉葱	700 /		
火	れんこん入りサラダ			砂糖	すりごま,油,ご ま油	にんじん,こまつな	キャベツ,きゅうり,れんこ ん			ハンバーグ和風おろしソース			★セレクト	給食★			780/ 760	
	牛乳		牛乳							野菜おかか和え					にんじん,こまつな	もやしえのきたけ		
	ごはん/牛乳		/牛乳	精白米/	(%	خن ألم مالك	o⊟★	775		みそ汁	油揚げ,白みそ,赤み そ	生わかめ				はくさい,長ねぎ		
8	ジャンボ餃子	豚肉		ぎょうざの皮,でんぷ ん,小麦粉	ごま油,油	E6	にんにく,しょうが,長ねぎ, キャベツ		22 水	五目あんかけ焼きそば	豚肉,いか,むきえ び,うすら卵		中華めん。でんぷん	油,ごま油	にんじん,チンゲンツァ イ	しょうが,にんにく,たけの こ,玉葱,椎茸,もやし,白菜	700	
水	春雨サラダ			春雨,砂糖	ごま油	にんじん	もやし,キャベツ,きゅうり			パリパリサラダ			ワンタンの皮,砂糖	油,ごま油,白ごま	にんじん,こまつな	キャベツ,きゅうり,長ねぎ		
	キムチスープ	鷄肉,豆腐,卵		でんぷん	油	にんじん	玉葱,白菜,白菜キムチ			果物(りんご)/牛乳		/牛乳				りんご/		
	ドライカレー	豚肉,レンズ豆		精白米,小麦粉,砂糖	油	にんじん,トマトジュー ス	にんにく.しょうが.セロリー.玉 葱.グリンピース			ひじきご飯	鶏肉,油揚げ	★和食	の日給食☆	米サラダ油		たけのこ,グリンピース	750 <u>≰.</u>	
_	青菜とコーンのスープ	ベーコン		でんぷん		にんじん,こまつな	干し椎茸,玉葱,キャベツ, コーン	- 785 -	' 金	ししゃも磯香揚げ		ししゃも, あおのり	小麦粉	米白絞油				
木	果物(柿)						柿			ゆず入り煮びたし			砂糖		にんじん,こまつな	はくさい,ゆず		
	牛乳		牛乳							豚汁/牛乳	豚肉,豆腐,赤みそ, 白みそ/	/牛乳	じゃがいも/		にんじん/	ごぼう,だいこん,長ねぎ, こんにゃく/		
	親子丼	鶏肉,卵		精白米,車ふ,砂糖,で んぷん			玉葱,干し椎茸,グリンピー ス	778	778 27 月	煮込みうどん	豚肉,油揚げ		冷凍うどん,砂糖		にんじん,こまつな	玉葱,はくさい,長ねぎ	752	
	ツナサラダ	ツナ缶		砂糖	油,ごま油	こまつな,にんじん	きゅうり,キャベツ			野菜の塩昆布あえ		塩昆布	砂糖	ごま油	にんじん	キャベツ,きゅうり,しょう が		
金	ナサラダ		粉寒天	砂糖			ぶどうジュース			スイートポテト	調製豆乳		さつまいも,砂糖	有塩パター				
	牛乳		牛乳							牛乳		牛乳						
	ホットドック	ヴィンナー		コッペパン	油		キャベツ			家常豆腐丼	生揚げ,豚肉,赤みそ		精白米,砂糖,でんぷん	油,ごま油	にんじんにら	しょうが,にんにく,キャベ ツ,玉葱,たけのこ,干し椎茸	787	
13	フライドポテト入りサラダ			じゃがいも,砂糖	油	にんじん	キャベツ,きゅうり	740		しらたきサラダ			砂糖	油,ごま油,ごま	にんじん	キャベツ,きゅうり,玉葱し らたき,		
月	フルーツヨーグルト		ヨーグルト				みかん缶,パイン缶,黄桃缶, ぶどう缶	740		果物(りんご)						りんご		
	牛乳		牛乳							牛乳		牛乳						
	ボンゴレスパゲッティ	ベーコン,むきえび, あさり		スパゲティ	油	にんじん.トマト缶.トマト ビューレ	にんにく,玉葱,トマトペー スト	790	水	鶏五目ご飯	油揚げ,鶏肉		精白米、砂糖	油	にんじん	ごぼう,干し椎茸	803	
14	グリーンサラダ 🔎 🦳			砂糖	ごま油	こまつな	キャベツ,きゅうり,ホール コーン			さばの文化干し	さば							
	クラウニー 学乳	90	牛乳	砂糖,チョコレート, 小麦粉	バター					野菜のごまダレ			砂糖	すりごま	にんじんほうれんそう	キャベツ,もやし		
			牛乳							みそ汁/牛乳	油揚げ,赤みそ,白み そ/	わかめ/牛乳	じゃがいも/			玉葱,だいこん/		
	キムチチャーハン	豚肉		精白米	油,白ごま	にんじん,ピーマン	干し椎茸,長ねぎ,しょうが, キムチ漬			ミルクパン/牛乳		/牛乳	ミルクパン/				760	
15	肉団子スープ	豚肉,鶏肉		パン粉,でんぷん		にんじんほうれんそう	しょうが,たけのこ,玉葱, はくさい			コロッケ/茹でキャベツ	豚肉,卵/		じゃがいも,小麦粉, 生パン粉/	油/		玉葱/キャベツ		
	チーズポテト		粉チーズ	じゃがいも	油					ABCスープ	豚肉		ABCマカロニ	油	にんじん,こまつな	玉葱,キャベツ		
	牛乳		牛乳							果物(みかん)						みかん		