

《各料理の番号は、同じ番号の食品からできています。》《材料・天候・その他の都合により献立を変更する場合があります。》
 《アレルギー等で食事制限の必要な場合は、献立表をよく見て材料のチェックをしてください。》
 ※献立表には表示されていませんが、「海草(ひじき、のり、青のり、あおさ、もずく、わかめ、こんぶなど)」には、
 いか・えび・かに・さは稚魚・貝などが入っている場合があります。



	月	火	水	木	金
献立	<p>入学・進級おめでとうございます</p> <p>いよいよ新学期のスタートです。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて給食を作っていきます。1年間よろしくお願致します。</p> <p>楽しい給食時間になるように、こんなことを守りましょう</p> <p>姿勢よく、ごはんや汁物のおわんは手に持って食べる</p> <p>食べているときは立ち歩かない</p> <p>友達が喋るような汚い話をしない</p> <p>口に食べ物が入っているときは話をしない</p>				<p>7</p> <p>④さわらとポテトのいそふうみ</p> <p>②ごはん ③しんたまねぎのみそしる</p> <p>①牛乳</p> <p>③豆腐、うす揚げ、わかめ、みそ</p> <p>④さわら、青のり粉</p> <p>③たまねぎ、にんじん、えのきだけ、もやし、キャベツ、葉ねぎ</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>④じゃがいも、油、さとう、でんぷん</p> <p>④みりん、しょうゆ</p> <p>小: 608 kcal 中: 753 kcal 小: 23.4 g 中: 28.2 g</p>
献立	<p>10</p> <p>⑤いよかんゼリー</p> <p>④ちらしずし</p> <p>②すしめし ③あおさじる</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、うす揚げ、わかめ、みそ</p> <p>④鶏肉、さつま揚げ(卵)</p> <p>③にんじん、たまねぎ、えのきだけ、葉ねぎ</p> <p>④しいたけ、ごぼう、たけのこ、きぬさや、きりぼしだいこん、にんじん</p> <p>⑤いよかん</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>④さとう、こま、サラダ油</p> <p>②すし酢</p> <p>③酒、しょうゆ</p> <p>④酒、しょうゆ、みりん</p> <p>小: 554 kcal 中: 670 kcal 小: 21.4 g 中: 25.5 g</p>	<p>11</p> <p>④はなはなソテー</p> <p>②クロワッサン</p> <p>③ミートスパゲティ</p> <p>①牛乳</p> <p>③豚肉、大豆、粉チーズ、スキムミルク、ゼラチン</p> <p>④ウインナー</p> <p>③にんじん、たまねぎ、グリーンピース、にんにく、マッシュルーム</p> <p>④ブロッコリー、カリフラワー、コーン</p> <p>②クロワッサン(卵・乳)</p> <p>③スパゲティ、サラダ油、さとう</p> <p>④バター</p> <p>③ワイン、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、しょうゆ、トマトピューレ</p> <p>④塩、こしょう</p> <p>小: 659 kcal 中: 989 kcal 小: 25.9 g 中: 34.7 g</p>	<p>12</p> <p>④ぶるぶるポンチ</p> <p>②むぎごはん</p> <p>③ビーフカレー</p> <p>①牛乳</p> <p>③牛肉、スキムミルク、チーズ</p> <p>③たまねぎ、にんじん、グリーンピース</p> <p>④しょうが、にんにく、りんご</p> <p>④みかん、パイン、もも、ナタデココ、アセロラ</p> <p>②精白米、強化米、麦</p> <p>③バター、じゃがいも</p> <p>③ウスターソース、カレールー(小麦・乳)</p> <p>小: 640 kcal 中: 790 kcal 小: 21.9 g 中: 26.4 g</p>	<p>13</p> <p>④シューマイ(小2個・中3個)</p> <p>②ミルクりんごパン</p> <p>③はっほうさい</p> <p>①牛乳</p> <p>③豚肉、イカ、かまぼこ</p> <p>④シューマイ(鶏肉・豚肉・小麦)</p> <p>②りんご</p> <p>③たまねぎ、にんじん、きくらげ、たけのこ</p> <p>④しょうが、ヤングコーン、キャベツ、きぬさや</p> <p>②ミルクりんごパン(卵・乳)</p> <p>③ごま油、でんぷん</p> <p>③鶏がらスープ、酒、しょうゆ、こしょう</p> <p>小: 556 kcal 中: 696 kcal 小: 30.3 g 中: 38.1 g</p>	<p>14</p> <p>④ひじきときくらげのつくだに</p> <p>②ごはん</p> <p>③じゃがいものそぼろに</p> <p>①牛乳</p> <p>③豚肉、中揚げ、さつま揚げ(卵)</p> <p>④ひじき、しらすぼし</p> <p>③にんじん、こんにゃく、しいたけ、たまねぎ</p> <p>④えだまめ、しょうが</p> <p>④きくらげ</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>③じゃがいも、油、さとう、でんぷん</p> <p>④油、さとう、こま</p> <p>③酒、しょうゆ、みりん</p> <p>④酒、しょうゆ、酢</p> <p>小: 602 kcal 中: 728 kcal 小: 23.2 g 中: 27.7 g</p>
献立	<p>17</p> <p>⑤ソフール(ストロベリー)</p> <p>④チキンライス</p> <p>②むぎごはん</p> <p>③ミートボールスープ</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、うす揚げ、みそ</p> <p>④鶏肉</p> <p>⑤ヨーグルト</p> <p>③にんじん、たまねぎ、しめじ、もやし、コーン、キャベツ</p> <p>④にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース</p> <p>②精白米、強化米、麦</p> <p>④バター、さとう</p> <p>③鶏がらスープ、コンソメ、しょうゆ、塩、こしょう</p> <p>④ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、塩、こしょう</p> <p>小: 605 kcal 中: 728 kcal 小: 26.4 g 中: 30.9 g</p>	<p>18</p> <p>④ベーコンとほうれんそうのソテー</p> <p>⑤りんごジャム</p> <p>②あつぎり</p> <p>③はるやさいのクリームに</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、スキムミルク、牛乳、チーズ</p> <p>④ベーコン(卵・乳)</p> <p>③たまねぎ、にんじん、カリフラワー、アスパラガス、グリーンピース、マッシュルーム</p> <p>④ほうれんそう、にんじん、コーン</p> <p>⑤りんご</p> <p>②厚切り食パン(乳)</p> <p>③じゃがいも、バター、油</p> <p>④バター</p> <p>③ホワイトルー(小麦・乳)、コンソメ、塩、こしょう</p> <p>④しょうゆ、塩、こしょう</p> <p>小: 640 kcal 中: 780 kcal 小: 25.5 g 中: 31.1 g</p>	<p>19</p> <p>④いわしのしょうがに</p> <p>⑤ごまひじきふりかけ</p> <p>②ごはん</p> <p>③さつまじる</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、うす揚げ、みそ</p> <p>④いわし</p> <p>③にんじん、だいこん、ごぼう、こんにゃく、しょうが、葉ねぎ</p> <p>④しょうが</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>③じゃがいも ④でんぷん、さとう</p> <p>⑤ごまひじきふりかけ(小麦)</p> <p>③みりん</p> <p>④しょうゆ、みりん</p> <p>小: 604 kcal 中: 700 kcal 小: 24.1 g 中: 27.3 g</p>	<p>20</p> <p>④フルーツきんとん</p> <p>②こくとうパン</p> <p>③とうふのちゅうかに</p> <p>①牛乳</p> <p>③豚肉、豆腐</p> <p>③にんじん、たまねぎ、しいたけ、きくらげ、たけのこ、キャベツ、チンゲンサイ</p> <p>④しょうが、にんにく</p> <p>④りんご、パイン</p> <p>②黒糖パン(乳)</p> <p>③ごま油、でんぷん</p> <p>④さつまいも、さとう</p> <p>③鶏がらスープ、酒、しょうゆ、こしょう</p> <p>④オイスターソース</p> <p>④みりん、塩</p> <p>小: 603 kcal 中: 770 kcal 小: 24.5 g 中: 30.3 g</p>	<p>21</p> <p>④とりにくとカリフラワーのあますあえ</p> <p>②ごはん</p> <p>③みそけんちんじる</p> <p>①牛乳</p> <p>③豆腐、うす揚げ、みそ</p> <p>④鶏肉</p> <p>③にんじん、だいこん、こんにゃく、しめじ、葉ねぎ</p> <p>④カリフラワー、しょうが、にんにく</p> <p>②精白米、強化米、カルシウム米</p> <p>③じゃがいも</p> <p>④でんぷん、油、さとう</p> <p>④みりん、しょうゆ、酢</p> <p>小: 636 kcal 中: 773 kcal 小: 23.0 g 中: 27.6 g</p>
献立	<p>24</p> <p>④こまつなじゃこいため</p> <p>②ごはん</p> <p>③マーボーはるさめ</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、みそ</p> <p>④しらすぼし、かつおぶし</p> <p>③たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ、チンゲンサイ、にんにく、しょうが</p> <p>④こまつな、コーン</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>③春雨、さとう、ごま油</p> <p>④ごま油、さとう、こま</p> <p>③ケチャップ、しょうゆ、酒、塩</p> <p>④トウバンジャン</p> <p>④しょうゆ、みりん</p> <p>小: 584 kcal 中: 702 kcal 小: 20.2 g 中: 24.0 g</p>	<p>25</p> <p>④ツナソテー</p> <p>⑤とうにゅうパンナコッタ</p> <p>②ミルクパン</p> <p>③ポークビーンズ</p> <p>①牛乳</p> <p>③豚肉、大豆、粉チーズ、スキムミルク</p> <p>④ツナ(まぐろ)</p> <p>③にんじん、たまねぎ、グリーンピース、トマト、にんにく</p> <p>④にんじん、ほうれんそう、パプリカ</p> <p>②ミルクパン(卵・乳)</p> <p>③じゃがいも、バター ④油</p> <p>⑤豆乳パンナコッタ</p> <p>③ケチャップ、デミグラスソース、コンソメ、ワイン、ウスターソース、こしょう</p> <p>④酒、しょうゆ、みりん</p> <p>小: 674 kcal 中: 853 kcal 小: 30.0 g 中: 37.8 g</p>	<p>26</p> <p>④だいすくごぼし</p> <p>⑤りんかけ</p> <p>②しそごはん</p> <p>③ごもくうどん</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、うす揚げ、さつま揚げ(卵)</p> <p>わかめ</p> <p>④大豆、煮干し</p> <p>②しそ</p> <p>③にんじん、しいたけ、たまねぎ、ふかねぎ、ほうれんそう</p> <p>②精白米、強化米</p> <p>③うどん</p> <p>④油、黒砂糖、でんぷん</p> <p>③みりん、しょうゆ</p> <p>④塩</p> <p>小: 628 kcal 中: 777 kcal 小: 29.5 g 中: 35.8 g</p>	<p>27</p> <p>④タンツウイ</p> <p>⑤チョコジャム</p> <p>②コッパン</p> <p>③ちゅうかスープ</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、中華つくね(鶏肉・豚肉・小麦)</p> <p>豆腐、もずく</p> <p>④たら</p> <p>③にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ</p> <p>④しょうが、にんにく、ふかねぎ</p> <p>②コッパン(乳) ③でんぷん</p> <p>④油、じゃがいも、さとう</p> <p>⑤チョコジャム</p> <p>③鶏がらスープ、しょうゆ、酒、塩、こしょう</p> <p>④オイスターソース</p> <p>④酢、ケチャップ、しょうゆ、チキンブイヨン、塩</p> <p>小: 637 kcal 中: 797 kcal 小: 24.0 g 中: 29.6 g</p>	<p>28</p> <p>④ぶたみそ</p> <p>②ごはん</p> <p>③はるのかおりのたまごとし</p> <p>①牛乳</p> <p>③鶏肉、卵</p> <p>④豚肉、茶うけみそ</p> <p>③にんじん、たまねぎ、キャベツ、たけのこ</p> <p>しいたけ、つな、きぬさや</p> <p>④にんじん、ごぼう、にら、しょうが</p> <p>②精白米、強化米、カルシウム米</p> <p>③油、さとう</p> <p>④ごま、油、黒砂糖</p> <p>③酒、しょうゆ、みりん</p> <p>④酒、みりん</p> <p>小: 605 kcal 中: 733 kcal 小: 28.0 g 中: 33.9 g</p>
献立	<p>学校給食について</p> <p>「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童・生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。</p> <p>学校給食の目標</p> <p>※「学校給食法」第2条より抜粋・要約</p> <ol style="list-style-type: none"> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。 明るい社会性と協同の精神を養う。 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。 食生活が多様な人々の動労に支えられていることを理解し、感謝する。 伝統的な食文化を理解する。 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。 <p>ほろしをかぶる、マスクをきちんとつける、つめをみじかく、手をきれいにあらう、清けつなハンカチを使う、白衣をきちんときる</p>				