



日	曜日	牛乳	こんだて 献立名	赤の食品	黄の食品	緑の食品	栄養価		
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	エネルギー-kcal	たんぱく質g	
1	水		*中華丼 *野菜のナムル *月見団子	ぶたにく、なると、いか、えび、うずらたまご、とうふ、ぎゅうにゅう	はいがまい、おおむぎ、くずこ、さんおんとう、しらたまご、こめあぶら、ごまあぶら、ごま	にんじん、チンゲンツアイ、かぼちゃ、にんにく、しょうが、たけのこ、たまねぎ、はくさい、もやし、こまつな	657	24.7	
2	木		*里芋ご飯 *菊花蒸し *沢煮椀	とりにく、あぶらあげ、ぶたひきにく、とうふ、かまぼこ、ぎゅうにゅう	はいがまい、もちごめ、さといも、さんおんとう、でんぶん、こめあぶら、ごまあぶら	にんじん、こねぎ、こまつな、ほししいたけ、たまねぎ、れんこん、しょうが、コーン、だいこん	638	29.8	
6	月		*ツナカレーピラフ *ミートオムレツ *パイザンヌスープ	まぐろ、ぶたひきにく、たまご、ベーコン、とりにく、ぎゅうにゅう、う、ピザチーズ	はいがまい、さんおんとう、じゃがいも、こめあぶら、ノンエッグマヨネーズ	パセリ、にんじん、にんにく、たまねぎ、コーン、えだまめ、セロリー、かぶ	679	28	
7	火		*麦ご飯 *五目春雨 *家常豆腐 *りんご	ぶたにく、みそ、なまあげ、ぎゅうにゅう	はいがまい、おおむぎ、さんおんとう、くずこ、はるさめ、こめあぶら、ごまあぶら	にんじん、しょうが、ほししいたけ、たけのこ、にんにく、ねぎ、コーン、きゅうり、もやし、りんご	657	24.3	
8	水		*ほうとう(山梨の郷土料理) *かぶの浅漬け *大学芋	ぶたにく、あぶらあげ、みそ、ぎゅうにゅう、しおこんぶ	ほうとう、さんおんとう、さつまいも、みずあめ、こめあぶら、ごま	にんじん、かぼちゃ、だいこん、ほししいたけ、えのきたけ、はくさい、ねぎ、かぶ	633	22.4	
9	木		*コメッコハヤシライス *フレンチサラダ *すりおろしりんごゼリー	ぶたにく、とうにゅう、ぎゅうにゅう、パールアガー	はいがまい、おおむぎ、じゃがいも、さんおんとう、ざらめ、こめこ、さとう、こめあぶら	にんじん、トマトピューレ、にんにく、しょうが、たまねぎ、マッシュルーム、セロリー、キャベツ、コーン、きゅうり、りんご	690	20.4	
10	金		*ゆかりご飯 *まぐろとチーズの包み揚げ *みつぱ汁 *みかん	めかじき、とりにく、とうふ、みそ、ぎゅうにゅう、チーズ	はいがまい、おおむぎ、こむぎこ、はるまきのかわ、さつまいも、こめあぶら	にんじん、しょうが、ごぼう、だいこん、ねぎ、みかん	715	30.4	
13	月		*青大豆ご飯 *おでん *ごま和え	あおだいず、ちくわ、つみれ、あげボール、さつまいも、がんもどき、はんぺん、ぎゅうにゅう、こんぶ	はいがまい、もちごめ、こんにやく、ちくわぶ、さんおんとう、ごま	にんじん、こまつな、だいこん、はくさい	579	27.2	
14	火		*はいがごはん *いかのかりんと揚げ *ワンタンスープ	いか、ぶたにく、ぶたひきにく、ぎゅうにゅう	はいがまい、でんぶん、さんおんとう、ワンタンのかわ、こめあぶら、ピーナッツ、こめあぶら、ごまあぶら	にんじん、にんにく、はくさい、ねぎ、もやし、しょうが	619	25.3	
15	水		*わかめご飯 *キャベツつくね焼き *石狩汁	ぶたひきにく、だいず、とうふ、さけ、みそ、ぎゅうにゅう、わかめ	はいがまい、おおむぎ、こめこパンコ、こめこ、さんおんとう、でんぶん、じゃがいも	にんじん、しょうが、キャベツ、たまねぎ、ほししいたけ、ごぼう、だいこん、キャベツ、ねぎ	664	32.7	
16	木		*ターメリックライス *白菜のごまサラダ *りんご	いんげんまめ、ぶたにく、とうにゅう、ぎゅうにゅう、なまクリーム	はいがまい、おおむぎ、じゃがいも、こむぎこ、さんおんとう、こめあぶら、バター、ゴマ	にんじん、パセリ、こまつな、しょうが、にんにく、セロリー、たまねぎ、はくさい、りんご	690	19.9	
17	金		*エクレーパン *ブイヤベース *きゅうりのオイル漬け	ベーコン、まだら、ほたてがし、えび、ぎゅうにゅう	ミルクパン、チョコレート、じゃがいも、さんおんとう、アーモンド、こめあぶら、オリーブオイル	にんじん、セロリー、たまねぎ、セロリー、きゅうり、にんにく	650	22.5	
18	土		ジョア *チャーハン *ガイヤーン *うずら煮 *いんげんのおかか和え *ミニトマト *みかん	やきぶた、なると、とりにく、かつおぶし、うずらたまご、ジョア	はいがまい、さんおんとう、ごまあぶら、ごま	にんじん、さやいんげん、ミニトマト、にんにく、しょうが、ねぎ、ほししいたけ、たまねぎ、みかん	662	25.2	
21	火		*はいがごはん *のりの佃煮 *さんまのポウポウ焼き *こづゆ	とりにく、さんま、たまご、みそ、なると、ほしかいばしら、のり、あぶらあげ、ぎゅうにゅう	はいがまい、さんおんとう、パンこ、でんぶん、さといも、しらたき、しらたまふ	にんじん、こまつな、しょうが、ねぎ、だいこん、きくらげ	638	31.0	
22	水		*みそラーメン *ずいきの炒め煮 *スイートポテト	みそ、ぶたひきにく、あぶらあげ、ぎゅうにゅう、なまクリーム	ラーメン、こんにやく、さんおんとう、さつまいも、こめあぶら、ごまあぶら、ラード、ゴマ、バター、アーモンド	にんじん、にんにく、しょうが、ねぎ、たまねぎ、キャベツ、コーン、もやし、ほしずいき	634	29.3	
24	金		*まいたけご飯 *揚げだし豆腐 *かぶのみそ汁	とりにく、あぶらあげ、とうふ、とりにく、みそ、ぎゅうにゅう、わかめ	はいがまい、もちごめ、でんぶん、さんおんとう、くずこ、じゃがいも、こめあぶら	にんじん、ごぼう、まいたけ、だいこん、しょうが、かぶ、えのきたけ	634	26.3	
27	月		*はいがごはん *野沢菜炒め *りんご	ぶたひきにく、みそ、ぎゅうにゅう	はいがまい、じゃがいも、さんおんとう、こめあぶら、バター、ごまあぶら、ごま	にんじん、のざわな、にんにく、しょうが、たまねぎ、セロリー、りんご	592	17.7	
28	火		*チリコンカンドッグ *ホワイトシチュー *ラフランス	ベーコン、ぶたひきにく、いんげんまめ、とりにく、ぎゅうにゅう、チーズ、なまクリーム	コッペパン、こめこ、じゃがいも、こむぎこ、こめあぶら、バター	にんじん、トマトピューレ、にんにく、たまねぎ、セロリー、ラフランス	718	26.0	
29	水		*はいがごはん *ホイコーロー *フルーツポンチ	みそ、ぶたにく、ぎゅうにゅう	はいがまい、さんおんとう、くずこ、こんにやく、さとう、こめあぶら、ごまあぶら	にんじん、ピーマン、にんにく、ねぎ、しょうが、たまねぎ、レモン、たけのこ、ほししいたけ、キャベツ、みかん、パイナップル、おうとう、りんご	596	19.1	
30	木		*はいがごはん *赤魚の照り焼き *ごぼうの甘辛煮 *のっぺい汁	あかうお、とりにく、あぶらあげ、ぎゅうにゅう	はいがまい、さんおんとう、でんぶん、さといも、こんにやく、こめあぶら、ごま	にんじん、しょうが、ごぼう、だいこん、ねぎ	610	27.2	
							11月平均	648	25.5

* 食料品の納品の都合等で献立が変更になる場合もあります。ご了承下さい。
* 材料名に または 印のついた食品は本校児童の主なアレルギーとなる食品です。



1年生の遠足が10月31日に延期になったため10月31日の引き落とし金額を調整しました。
4600円 4362円
10月31日(火)に10月分の給食費、11月30日(木)に11月分の給食費の引き落としがあります。
引き落とし日の前日までに通帳残額のご確認をお願いします。
1・2年生4600円、3・4年生4800円、5・6年生5000円です。
前月までの未入金がある場合にはそちらから引き落とされます。ご了承下さい。