



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		
3	月		展覧会の振替休日です。							
4	火		*練馬スパゲティー *コールスローサラダ *スイートポテト 練馬だいこんの日	まぐろ、★ぎゅうにゅう、のり、★なまクリーム	☆スパゲティ、さつまいも、さんおんとう、オリーブオイル、こめあぶら、★バター、★アーモンド	にんじん、だいこん、キャベツ、コーン	670	22.7		
5	水		*北海道おこわ *たらの親子焼き *ガタタン 北海道の郷土料理	★ほたてがい、たら、たらこ、とりにく、★いか、★えび、★ぎゅうにゅう、こんぶ、★チーズ	はいがまい、もちごめ、さんおんとう、じゃがいも、しらたまこ、☆こむぎこ、こめあぶら、ノンエッグマヨネーズ	にんじん、さやいんげん、チンゲンツアイ、コーン、たまねぎ、はくさい、ねぎ	719	37.0		
6	木		*カレーホー豆腐丼 *野菜のナムル *中華ごま団子 6年社会科見学	ぶたひきにく、★だいた、みそ、★とうふ、★ぎゅうにゅう	はいがまい、おおむぎ、さんおんとう、くずこ、さつまいも、しらたまこ、でんぶん、こめあぶら、★ごまあぶら、★ごま	にんじん、にら、こまつな、しょうが、たけのこ、にんにく、ほししいたけ、ねぎ、もやし	705	24.6		
7	金		*五目チャーハン *大根ぎょうざ *わかめスープ	やきぶた、なると、★たまご、ぶたひきにく、とりにく、★とうふ、★ぎゅうにゅう、わかめ	はいがまい、おおむぎ、☆キョウザのかわ、☆こむぎこ、★ごまあぶら、こめあぶら、★ごま	にんじん、にら、にんにく、しょうが、ねぎ、ほししいたけ、キャベツ、だいこん、たまねぎ、えのきたけ	593	23.0		
10	月		*ガーリックライス *和風ミートグラタン *ペイザンヌスープ	ベーコン、ぶたひきにく、みそ、★とうふ、とりにく、★ぎゅうにゅう、★チーズ、あおのり	はいがまい、さんおんとう、こめこ、こめこパンコ、じゃがいも、★バター、オリーブオイル、こめあぶら	にんじん、トマトピューレ、かぶ、にんにく、たまねぎ、しょうが、セロリー	683	25.8		
11	火		*ビーンズカレーライス *たくわんサラダ *りんご	ぶたひきにく、ひよこめ、★ぎゅうにゅう、★チーズ	はいがまい、おおむぎ、☆こむぎこ、さんおんとう、★バター、こめあぶら、★ごまあぶら、★ごま	にんじん、トマト、にんにく、しょうが、セロリー、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、たくわん、りんご	683	21.8		
12	水		*はいがごはん *手作りふりかけ *れんこんつくね焼き *チゲ汁	かつお、とりにく、★だいた、ぶたひきにく、★あぶらあげ、★とうふ、みそ、★ぎゅうにゅう、ちりめんじゃこ、あおのり	はいがまい、さんおんとう、こめこパンコ、こめこ、でんぶん、こんにやく、★ごま、こめあぶら、	にんじん、れんこん、たまねぎ、ねぎ、ほししいたけ、しょうが、だいこん、キムチ、はくさい	637	33.3		
13	木		*ずいきご飯 *ほっけの塩焼き *ゆきんこ汁 *みかん	とりにく、★あぶらあげ、ほっけ、かまぼこ、★ぎゅうにゅう	はいがまい、もちごめ、でんぶん、こめあぶら	にんじん、こまつな、ずいき、まいたけ、だいこん、ねぎ、みかん	584	30.6		
14	金		*焼きピロシキ *ボルシチ *フルーツヨーグルト ロシアの料理	ぶたひきにく、ぶたにく、ベーコン、ウィンナー、★ぎゅうにゅう、★なまクリーム、★ヨーグルト	まるパン、でんぶん、はるさめ、じゃがいも、さんおんとう、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、ほししいたけ、ピーズ、セロリー、キャベツ、みかん、パイン、りんご、アロエ	659	26.9		
17	月		*昆布ご飯 *せんべい汁 *いかしゅうまい *りんご 青森の郷土料理	とりにく、★あぶらあげ、ぶたひきにく、★いか、★ぎゅうにゅう、こんぶ	はいがまい、もちごめ、さんおんとう、☆シウマイかわ、でんぶん、☆せんべい、こめあぶら、★ごまあぶら	にんじん、さやいんげん、こまつな、ほししいたけ、たまねぎ、しょうが、だいこん、まいたけ、ねぎ、りんご	659	30.3		
18	火		*わかめご飯 *親子煮 *ピリピリしらたき *ココア豆	とりにく、★こおり豆腐、★たまご、★だいた、★ぎゅうにゅう、わかめ、★スキムミルク	はいがまい、おおむぎ、じゃがいも、さんおんとう、しらたき、★ごまあぶら	みつば、たまねぎ、にんにく、ほししいたけ、ねぎ	658	26.8		
19	水		*ちゃんごうどん *竹輪の二色揚げ *かぶの柚香漬け	とりにく、かまぼこ、★あぶらあげ、さけ、こんぶ、みそ、ちくわ、★たまご、★ぎゅうにゅう、あおのり、	☆うどん、☆こむぎこ、さんおんとう、こめあぶら	にんじん、だいこん、まいたけ、ほししいたけ、はくさい、ねぎ、かぶ、きゅうり、ゆず	631	32.9		
20	木		*ハンガリアンライス *大根サラダ *紅マドンナ	ベーコン、ぶたひきにく、ハム、★ぎゅうにゅう、★チーズ	はいがまい、おおむぎ、ざらめ、☆こむぎこ、さんおんとう、こめあぶら、★バター、★ごま	にんじん、トマトピューレ、ピーマン、にんにく、しょうが、たまねぎ、マッシュルーム、セロリー、だいこん、きゅうり、ペニマドンナ	700	21.3		
21	金		冬至の料理 ミルクコーヒー *はいがごはん *かつおでんぶ *鯖の柚子味噌焼き *かぼちゃすいとん	かつおぶし、さば、みそ、とりにく、★あぶらあげ、ミルクコーヒー(生乳90%使用)	はいがまい、さんおんとう、しらたまこ、☆こむぎこ、★ごま	かぼちゃ、にんじん、かぼちゃ、こまつな、しょうが、ゆず、だいこん、まいたけ、はくさい、ねぎ	662	31.0		
☆☆☆☆☆ セレクトきゅうしょく ☆☆☆☆☆										
25	火		*ココアパン *イタリアンサラダ *スノースープ *カルピスゼリー 	ベーコン、★えび、ハム、とりにく、★ぎゅうにゅう、★なまクリーム、かんてん、★カルピス	ココアパン、☆こむぎこ、☆パイシート、さんおんとう、☆パスタ ★チョコレート、こめあぶら、★バター	にんじん、あかピーマン、にんにく、たまねぎ、マッシュルーム、キャベツ、コーン、セロリー、アロエ	702	25.9		
25	火		*ミルクパン *照り焼きチキン *イタリアンサラダ *スノースープ *ぶどうゼリー 	とりにく、ハム、ベーコン、とりにく、★ぎゅうにゅう、パルアガー	ミルクパン、さんおんとう、ざらめ、でんぶん、☆パスタ、こめあぶら、★チョコレート	にんじん、あかピーマン、にんにく、キャベツ、コーン、たまねぎ、セロリー、ぶどうジュース、アロエ	711	32.7		
* 食材料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。							サンタランチを選んだ子の平均	663	27.6	
							トナカイランチを選んだ子の平均	664	28.4	



1月4日(金)に第8回目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。
全学年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。



学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日(口座振替日の前日)までに、指定口座への入金(納入)をお願いします。
 なお、未納の状況に応じて、必要な法的処置をとる場合があります。