	サヤッチは、10711に加止な											
		献	立 名		主な		とその	働き		栄	養	量
日	飲み物				のもとになる食品		るもとになる食品		えるもとになる食品	エネルギー		
		しゅしょく 主食	しゅさい ふくさい 主菜・副菜・デザート	たんすいかぶつが多い	しぼうが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロテンが多い	その他のビタミンが多い	(kcal)	(%)	(g)
4	(4)	なすのミートスパゲティ	スパイシーポテト	スパゲティ さとう	こめあぶら	ぶたひきにく だいず	★ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ	570	15.6	1.6
(月)	乳	な9のミードスパ ノ ケイ		こむぎこ じゃがいも	オリーブゆ	3020212 (72019	K = 9 2 (9 2	トマトピューレ	マッシュルーム なす	370	13.0	1.0
_												
5	#7	チキンカレーライス	ツナサラダ	こめ じゃがいも	こめあぶら	とりにく レンズまめ	★ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ しょうが	618	12.9	1.5
(火)	乳			こむぎこ さとう		まぐろかん			にんにく キャベツ			
6		新校舎お祝い給食				~~			にんにく たまねぎ			
	牛乳	ねぎしおぶたどん	おいわいすましじる ぶどう(くだもの)	こめ しらたき でんぷん	こめあぶら ごまあぶら	ぶたにく なると かつおぶし	★ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	もやし ねぎ レモン だいこん	548	15.1	2.0
(水)									ほししいたけ ぶどう			
7	F		はるさめスープ	こめ むぎ さとう	こめあぶら	ぶたにく とうふ	★ぎ ゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ			1
(木)	牛乳	しせんどうふどん	★あんにんゼリー	でんぷん はるさめ	ごまあぶら	とりひきにく	わかめ アガー ★なまクリーム	チンゲンサイ	ほししいたけ はくさい えのきたけ みかんかん	626	15.5	2.1
							A-0.019 Z		2002120 07370370			\vdash
8	(#Z)	重陽の節句	ぎんさわらのねぎみそやき きっかあえ	こめ でんぷん こんにゃく	ごまあぶら	ぎんさわら みそ あぶらあげ かまぼこ	★ぎゅうにゅう	こまつな だいこん (は)	ねぎ きく だいこん	535	19.3	2.0
(金)	乳	はいがごはん	ごじる	じゃがいも		とうにゅう だいず		にんじん				
11							★なまクリーム		たまねぎ にんにく			
	4	★ポークストロガノフ	かいそうサラダ なし (くだもの)	こめ さとう こむぎこ	こめあぶら	ぶたにく	★ヨーグルト ★ぎゅうにゅう	トマトピューレ にんじん	マッシュルーム セロリー キャベツ	577	13.2	2.1
(月)	乳		100 (1/2 00)				かいそう	12,0070	なし (くだもの)			<u> </u>
12	Ę			こめ じゃがいも	こめあぶら	ぶたにく とうふ		にんじん ピーマン	しょうが にんにく			
(火)	牛乳	チンジャオロースどん	★ちゅうかたまごコーンスープ	きびざとう でんぷん	ごまあぶら	*たまご	★ぎゅうにゅう	あかピーマン チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ えのきたけ コーン	591	16.0	2.1
(人)								700001				\vdash
13	47	\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ 	はりはりサラダ	★ミルクパン さとう	こめあぶら	きなこ とりひきにく	★ ギゅうにゅう	にノバノマキつか	きゅうり もやし きりぼしだいこん	E60	176	2.1
(水)	乳	★きなこあげぱん	とりだんごスープ	でんぷん	ごまあぶら	とうふ	★ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	しょうが ねぎ はくさい	500	17.6	2.1
									しょうが にんにく			
14	#7	むぎごはん	はたけのおにく あまからに しらすいりおひたし	こめ むぎ でんぷん	こめあぶら	だいず しらす とうふ		にんじん こまつな	たまねぎ はくさい	557	15.2	2.3
(木)	乳	333.6.77	こまつなのみそしる 2年 生活科見学	きびざとう さとう		みそ	わかめ		えのきたけ			
15		旬:すだち	さばのすだちやき						すだち			
	牛乳	はいがごはん	きりぼしだいこんのにもの	こめ さとう さつまいも	こめあぶら ごまあぶら	さば あぶらあげ あつあげ みそ	★ぎゅうにゅう	にんじん	きりぼしだいこん	578	16.2	1.8
(金)	30		さつまいものみそしる 						たまねぎ ねぎ			
18					***	_						
(月)					敬老の	3						
								1 - 1 - 3 - 3	たまねぎ			
19	军	チキンライス	★プレーンオムレツ 16	こめ さとう マカロニ	こめあぶら	とりにく ★たまご	★ぎゅうにゅう	トマトジュース にんじん パセリ	マッシュルーム	554	16.5	1.9
(火)	乳		ABしスーノ 年			とうにゅう ベーコン		トマトピューレ	にんにく セロリー キャベツ			
20		お彼岸	移 動 つくねやき 教 けんちんじる 室	もちごめ こめ パンこ					えだまめ れんこん			
	牛乳	はぎのはなごはん	つくねやき けんちんじる 室	さとう でんぷん	マヨネーズ (卵なし) こめあぶら	ささげ とりひきにく だいず とうふ	★ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ ねぎ ほししいたけ しょうが	541	17.4	1.7
(水)			V	さといも					ごぼう だいこん しめじ			
21	F	★ごまとうにゅう		ちゅうかめん さとう	ごまあぶら	ぶたひきにく	_	にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ たけのこ			
(木)	牛乳	たんたんめん	あげワンタンサラダ 	ウェーブワンタン	こめあぶら ★しろすりごま	とりひきにく みそ とうにゅう	★ぎゅうにゅう	こまつな	ほししいたけ キャベツ きゅうり	512	17.4	2.2
-						23.273			+1///5 5 9 3 9			\vdash
22	#7	わかめごはん	★ししゃものみりんやき ★ごまあえ	こめ さとう こんにゃく	ごまあぶら ★しろすりごま	ぶたにく あぶらあげ	たきこみわかめのもと ★ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい もやし	595	15.9	2.2
(金)	乳	1973 69 (167)	とんじる 6年 振替休業日	じゃがいも	こめあぶら	かつおぶし みそ	★ししゃも	ほうれんそう	ごぼう だいこん ねぎ			
25				こめ きびざとう		1	_		たまねぎ			\sqcap
	#	★おやこどん	さといものみそしる りんごゼリー	でんぷん さといも		とりにく ★たまご あぶらあげ みそ	★ぎゅうにゅう アガー	にんじん みつば	ほししいたけ はくさい えのきたけ	602	15.0	2.2
(月)	乳			さとう		V7°C			りんごジュース りんごかん			
26	F		>>7 L D - 7	こめ じゃがいも		ぶたにく ベーコン	★ぎゅうにゅう	にんじん トマトかん	コーン たまねぎ			
(火)	牛乳	コーンピラフ	ミネストローネ ★スイートポテト	マカロニ さつまいも さとう	こめあぶら ★バター	だいず	★クリーム	パセリ	セロリー	594	12.9	1.3
												\vdash
27	#7	★ノスボレニパン	たらのラビゴットソース	★くろざとうパン でんぷん こむぎこ	こめあぶら	メルルーサ ベーコン	★ぎゅうにゅう	トマトパセリ	たまねぎ にんにく	557	18.4	23
(水)	乳	★くろざとうパン	レンズまめのスープ	さとう じゃがいも	ال المالوناريات	レンズまめ	ر سار دو کا	にんじん こまつな	セロリー キャベツ	55/	10.7	د.ے
28		郷土料理~大分県~				1						\Box
	#	- とりごぼうごはん	こねり だんごじる	こめ さとう さといも こむぎこ	こめあぶら ごまあぶら	とりにく みそ あぶらあげ むぎみそ	★ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	ごぼう なす ほししいたけ ねぎ	618	13.9	2.0
(木)	乳	こうこは ノこは/0	ICIUC U.	CAGC	C40010	めいりめい むさみそ			はししいたり ねさ			i
29	FJ.	+五夜	++0/-+0/	こめ でんぷん さとう		いわし ぶたにく		にんじん こまつな				
(金)	牛乳	いわしのかばやきどん	さわにわん おつきみだんご	じょうしんこ	こめあぶら	とうふ	★ぎゅうにゅう	かぼちゃ	しょうが だいこん	690	13.6	1.7
(五)				しらたまこ				ĺ				ı

- ※ 食材料購入の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。 ※給食回数19回 ★はアレルギー食材を含む献立です。
- ※ 表示している栄養価は中学年のものです。中学年を基準に低学年は0.8倍、高学年は1.2倍しています。

給食費のお知らせ

次回の引き落としは、**9月20日(水)**です。

残高が不足している場合、引き落としができません。引き落とし日前に、 今一度、残高をご確認ください。

~今月の産直食材~

・七分つき米 …埼玉県行田市

※収穫状況に応じて、練馬区石神井台 加藤農園の野菜を使用することがあります。