上段:3~4年生(1~2年は0.9倍、5~6学年は1.1倍) 下段:7~9年生



				・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・						
大成の上海 大阪 大阪 大阪 大阪 大阪 大阪 大阪 大	献立名		名				学 1	き 量 たんぱく質		
大 体のの一片 偏の西京議論				一世が図、骨や囲になる	体を動かり熱や力になる	体の調子を整える 	(kcal)	(%)		
2	+	魚の西京焼	き		こめ さとう ごまあぶら しろごま	なめこ だいこん にんじん ねぎ キャベツ こまつな レモン ゆず	595 763			
3 本 勝升 手巻きの見に及び・いか)	'スープ			う ワンタンのかわ ごまあぶら しろご	し にんにく しょうが ねぎ チンゲン	631 814	15.0 14.5		
	= =	巻きの具(える			あぶら さといも こんにゃく こむぎこ	んじん さやえんどう ごぼう だいこん	678 857	18.8		
月 コーヒー牛乳 フライドボテト ○元はでリームラブン このかららさとうのかに こんとくようか EADLA 表名は これ これ これ これ これ これ これ こ	t	かめのみそ汁	-				702 812			
8 以 中華担々スープ入根サラダ こういっかにひといこ こまったみん このこだいすあぶら こまったれた 自動化のわきツースかけ こういっかにつまった おおい こまった おお こまった こまった おお こまった こまった おま こまった こまった こまった こまった こまった こまった こまった こまっ		牛乳 フライ	イドポテト	ベーコン ぎゅうにく コーヒーぎゅうゅう たまご クリーム クリームチーズ	こめ バター こめあぶら さとう りんご じゃがいも だいずあぶら こむぎこ		752 953			
9 水 じゃがいもとえのきのみぞけ 菜の花のごまあえくだもの かき。そ まのものつまからい。 あそうかんのは自玉焼き まのものでまかるくだもの かんてん ままのまでんじんでは、変は なくだもの ままのまでんじん ことできる をごう、マコン ぎゅうにゅう とりにく たいすかんてん こめ むぎパター このあらら じゃがい もごとう マコネーズ (エッグフ) ままのまでんじん コン アルリトレイ・ディ からい な目玉焼き 11 金 牛乳 カンカイフトボテト あたり・メン チャーシュー キ乳 カかめサラダ マロンスイートボテト あたり・メン チャーシュー にゅう わかめたてん クリーム あまりかめん こめあらら ラード ごま あらら さとう さつまいも バターく りがったんこく 相差 キャベツ たまれる にんしん もゃし コーン しょ うが にんこく 相差 キャベツ 14 月 海鮮ワカスフープ デーズダッカルビ くだもの おりしゃこごはん 牛乳 海鮮ワカスフープ・デース りいかとこく だもの いか とりにく チーズ こめ むぎ でんぶん こま ごまあぶら もめあぶら さとう さつまいも バター こめ むぎ でんぶん こま ごまあぶら こんにく キャベツ エリンキ くだもの ほししいだけ しょうが たまねき ねき にんにく キャベツ エリンキ くだもの 15 火 店もてのシチュー またてのシチュー お飯 生まの カンカーカルでん おき はましたの アース ショーワ りんごゼリー かた 株 での また アース クリーム かんでん おき はった アース クリーム かんでん たった これがまから こんご たいとん ねぎ しょうが にん こった これがよ もちかんかん たいこ こまつな キャベツ こった こまつな キャベツ こった こまつな キャベツ こった この ままっ てんぶん マコネー まっつ にんじん りき キャベツ こった この ままっ てんぶん マコネー まっつ にんじん いき まった とった こんご まった こん こま こま まま き とう こった この ままっ てんぶん マコネー まっつ にんじん はま こと こった さい ままっ てんぶん マコネー まって こん これ こま これ とまし こま これ とまし まま こと とき これ とまし こと これ とまし まま こと とき これ とまし こま これ とまし とき これ とまし こま これ とまし こま これ とまり とれ とまし とき これ とまし とま これ とまし とま ない とれ とま こま これ とまし とま かんかん バイン これ これ とま こま これ とま これ とれ これ とま これ とま これ とま これ とま これ とま これ とま これ とれ これ とれ これ とま これ とれ とれ とれ これ とれ	マ	スープ 大根			ごま でんぷん こめこ だいずあぶら	たまねぎ にら もやし こまつな ねぎ	659 841	18.5 18.5		
10 本 ミネストローネ ポテトサラダ だいすかんてん リー) をもってリートではあっていた だいすかんてん カネーズ (エッグフ) かっしな目玉焼き だいすかんてん カネーズ (エッグフ) かっしな目玉焼き かっしな目玉焼き だいすかんてん カネーズ (エッグフ) かっしなり まっち からいか かっしなり まっち からい かっとりにく サース カかめ かんてん クリーム からい とりにく オーズ グラカルビ くだもの カかめ かんてん クリーム ちりめんしゅこ ぎゅうにゅう わかめ かんてん クリーム からい とりにく チーズ グラカルビ くだもの カからい とりにく チース フリーム かんてん からい とりにく チース フリーム かんてん からい とりにく チース フリーム かんてん からい とりにく オース クリーム かんてん からい とりにく チース フリーム かんてん からい きゅうにゅう とりにく から もらごめ くろごま なまふ てんぷ だいこん にんしん ねぎ モャベツ エリンギャベツ まぐろかん のり ぎゅうにゅう とりにく ハター チョコレート ケーキ生 クリーム添え たい でんこく アイッフクリーム かん こめこ たいまなまる でんぷ だいこん にんしん ねぎ しょうが にん にく こまつな キャベツ フリンオース かりまスパゲティー 牛乳 いかオニオンサラダ チョコレートケーキ生クリーム添え またご ボイッフクリーム たっぱり からにもにく からいか たまご ボイッフクリーム かん でいらい でいらん こめこ だいきかららいか たまご ボイッフクリーム かん こめこ だいきかららいが こめこ だいものご にんにく からい とりにく たいものご はん 牛乳 かかごはん 牛乳 かかにたま汁 魚の タリタル焼き こっとうぶ すわいがに さかな とり こか ひき こんもあぶら さん マラスー にんしん ねぎ こまつな たまのま ことう こっとうぶ すれがり でんこん だけのこ さゃいんけん かき イング・アイリーフ はんしん ねぎ こまっかにん だいものご なん たい たまり こと こまり なん こと こまり にんこく だもの こば しょうが にんしん ねぎ こまり こと とうい きゅうにゅう ぶたひきにく さかな とりも スピックリー スパッピース パッピーほししい たげ ねぎ にってい きゅうにゅう ぶたひきにく さらい み たん ことり こまり こまり こましん たい たばり おもかん アイソン カース パッピ ほししい たげ かん たん しばえび カース とりこう これぶん アラス・アイン かん ももかん アイソン カース パッピース パッピース かんかん バイン アッブルかん ももかん	,	もとえのきの			じゃがいも ごま しろすりごま ごまあ	きたけ ねぎ キャベツ にんじん なば		16.9		
11 金 中乳 わかめサラダ マロンスイートボテト	_	ローネ ポラ	テトサラダ		も さとう マヨネーズ(エッグフ	セロリー トマトかん トマトピューレ キャベ	593 757	13.4		
14 月 海鮮ワカメスープ チーズダッカルビ くだもの いか とりにく チーズ いかんてん とう じゃがいも バター こむぎこ き にんにく キャベツ エリンギ くだもの にんにく キャベツ エリンギ くだもの いか とりにく チーズ クリーム かんてん とう じゃがいも バター こむぎこ き プロッコリー りんごシュース バインアップ いかる シュ ワりん ごゼリー ホ);	かめサラダ				たまねぎ にんじん もやし コーン しょうが にんにく ねぎ キャベツ	682 865			
15 火 ほたてのシチュー いるシュワりんごゼリー も ほたて チース クリーム かんてん とう しゃがいも バター こむぎこさ プロッコリー りんごジュース バインアップ しかん もちん みかんかん また はまか なかんかん また はっか にく こまつな キャベツ だいこん にんしん ねぎ しょうが にん にく こまつな キャベツ たまご ボイップクリーム かんてん こめこ だいすあぶら だいこん たまねぎ レモン キャベツ たまご ボイップクリーム アメイチ・オリーブゆ さとう こむぎ ご いこん たまねぎ レモン キャベツ きゅうり にんにく だい ある 音 はし きくらげ チンゲンサイく だもの ない 大き 一名 かいが こめこ だいまかぶら でんぶん マヨネース (エッグフリー) こめあぶら こん にく こもし きくらげ チンゲンサイく でもの かいがこばん 牛乳 かにたま汁 魚のタルタル焼き ことうふ ずわいがに さかな とりも ス (エッグフリー) こめあぶら こん にんしん ねぎ こまつな たまねぎ ピクルス がにたま汁 魚のタルタル焼き でんぶん でもっち でもし きくらげ チンゲンサイく こめ むぎ しろごま でんぶん マヨネース (エッグフリー) こめあぶら こん にんしん ねぎ こまつな たまねぎ ピクルス が前 煮 できる きゅうにゅう ぶたひきにく とうふ ずわいがに さかな とりも こめこのあぶら さとう でんぶん かに たけ ねぎ こら みかんかん バイン たけ つぎ ころ ひかんがん バイン たけ つぎ こめ かいかん かた こめ こめ こめりあぶら さとう でんぶん かた たけ ねぎ こら みかんかん バイン たってん しばえび	J	メスープ					622 791	17.9 17.7		
16 水	\mathcal{D}	シチュー		からしめんたいこ ぎゅうにゅう とりも も ほたて チーズ クリーム かんてん	ソフトフランスパン マーガリン こめあぶら じゃがいも バター こむぎこ さとう	にんにく パセリ たまねぎ にんじん コーン ブロッコリー りんごジュース パインアップ ルかん ももかん みかんかん		15.4		
17 木 いかオニオンサラダ デョコレートケーキ生クリーム添え だらがん のりきゅうにゅう いか スパッティ オリーフゆきとう こむぎ これにん にまねき レモジ キャベッ きゅうり にんにく これ おき こまつか にんにく にいこん にまねき レモジ キャベッ きゅうり にんにく にんじん ねぎ キム チェ もやし きくらげ チンゲンサイ く だもの たもの これ おき こまつな たまねぎ ピクス スパセリ ほしんいだけ ごぼう れんこん だけのこ きやいんげん 大 水 変豆腐丼 牛乳 エビのチリソース さゅうにゅう ぶたひきにく とうふ みそ かんてん しばえび これ こめ こめあぶら さとう でんぶん かた くりこ だいずあぶら こんにく しょうが にんじん ほししい たけ ねぎ にら みかんかん パイン アップルかん ももかん まって ロー・ これ まず にら みかんかん パイン アップルかん ももかん まって ロー・ まず にもの はまび まず にもの にんにく しょうが にんじん ほししい をりこ だいずあぶら これ まず にものん にんにく しょうが にんじん ほしん ほしん はまび まず にもの にんにく しょうが にんじん ほしん にもの にんにく しょうが にんじん ほしん にんじん はまび まず にもの にんにく しょうが にんじん ほしん にん にん にんじん はまび まず にもの にんにく しょうが にんじん ほん にんじん はまび まが ます まが ままれまな にんにく しょうが にんじん ほんしん にんじん はまび まが ままれまな にんにく しょうが にんじん はまび まが ままれまな にんにく しょうが にんじん はまな にんにく しょうが にんじん にんじん はまな にんじん はな	\mathcal{D}	お祝いすまり		ささげ ぎゅうにゅう とりにく			639 824			
22 火 魚の竜田揚げ 春雨スープ くだもの がにくきにくきゅうにゅうさかなど りにく こめむぎ こめあぶら でんぷん こめこ だいずあぶら はるさめ すっもやしきくらげ チンゲンサイ く だもの 23 水 かたたま汁 魚のタルタル焼き 筑前煮 わかめごはんのもと ぎゅうにゅう たま ご とうふ ずわいがに さかな とりも も こめ むぎ しろごま でんぷん マヨネー ご とうふ ずわいがに さかな とりも にゃく さといも さとう にんじん ねぎ こまつな たまねぎ ピクルス パセリ ほししいたけ ごぼう れんこん たけのこ さやいんげん 24 木 エビのチリソース 杏仁豆腐 ぎゅうにゅう ぶたひきにく とうふ み そ かんてん しばえび こめ こめあぶら さとう でんぷん かた くりこ だいずあぶら にんにく しょうが にんじん ほししい たけ ねぎ にら みかんかん パイン アップルかん ももかん	_	オンサラダ	,				784 930	14.9		
23 水 かにたま汁 魚のタルタル焼き 気前煮 ご とうぶ ずわいがに さかな とりも 気 (エッグフリー) こめあぶら こん にゃく さといも さとう ルス パセリ ほししいたけ ごぼう れんこん たけのこ さやいんげん 24 木 工ビのチリソース 杏仁豆腐 ぎゅうにゅう ぶたひきにく とうふ み そ かんてん しばえび こめ こめあぶら さとう でんぷん かた くりこ だいずあぶら にんにく しょうが にんじん ほししい たけ ごぼう れんこん たけのこ さやいんがん パイン アップルかん ももかん	Е	揚げ 春雨ス						18.5 18.6		
24 木 エビのチリソース そ			クル焼き	ご とうふ ずわいがに さかな とりも	ズ(エッグフリー) こめあぶら こん	ルス パセリ ほししいたけ ごぼう れ		20.6		
ポークカツカレー 牛乳 こめ むぎ こめあぶら じゃがいも りん にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピー	F	・リソース		そ		たけ ねぎ にら みかんかん パイン	767 966	19.4		
25 金 春の彩サラダ ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ご こむぎこ バター パンこ だいずあ マントマトかん セロリー キャベツ あかくだもの べだもの べだもの で こむぎこ バター パンこ だいずあ マントマトかん セロリー キャベツ あかくだもの	J	·ラダ	-乳	ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう		マン トマトかん セロリー キャベツ あかピーマン スナップえんどう レモン	697 829			

※ 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17回 ※ 給食で使用するすべての食材は、業者により、産地、安全性を確認して使用しています。※ 給食費は期日までにお納めください。 ※ 主な食材の生産地 米・・・秋田県、牛乳・・・東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城、北海道

月	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
	(kcal)	(%)	(%)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(ugRAE)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)
平均値	676	17.3	30.7	2.3	359	100	2.4	224	0.46	0.51	36	6.3
十七世	849	16.7	29.4	3.1	406	126	3.1	270	0.51	0.57	46	8.4