

H27^{ネンド}年度

ガツ ヨテイ コンダテ ヒョウ
4月 予定献立表

日	曜日	献立名	コンダテメイ メニュー
8	水	チキンカレー 福神漬け オニオンドレサラダ	チキンカレー フクジンヅケ オニオンドレサラダ
9	木	お赤飯・鮭のこがね焼き けんちん汁 くだもの	オセキハン・サケノコガネヤキ ケンチンジル クダモノ
10	金	麦ご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ	ムギゴハン マーボードウフ ハルサメサラダ
13	月	揚げパン(シフォンシュガー) フレンチサラダ 米粉のシチュー	アゲパン(シナモンシュガー) フレンチサラダ コメコノシチュー
14	火	ごはん・鯖の照り焼き ごま和え じゃが芋のみそ汁	ゴハン・サワラノテリヤキ ゴマアエ ジャガイモノミソシル
15	水	練馬スパゲティ カリカリ油揚げのサラダ くだもの	ネリマスパゲティ カリカリアブラアゲノサラダ クダモノ
16	木	高野豆腐のそぼろ丼 豚汁 たんぼぼゼリー	コウヤドウフノソボロドン トンジル タンポボゼリー
17	金	ジャンバラヤ フライドポテト 春キャベツのスープ	ジャンバラヤ フライドポテト ハルキャベツノスープ
20	月	韓国風焼肉丼 わかめスープ	カンコクフウヤキニクドン ワカメスープ
21	火	きつねうどん じゃが丸くん くだもの	キツネウドン ジャガマルクン クダモノ
22	水	ごはん・鯖の文化干し 変わりきんぴら かぶのみそ汁	ゴハン・サバノブンカボシ カワリキンピラ カブノミソシル
23	木	ゆかりごはん 千草焼き 新じゃが芋のそぼろ煮	ユカリゴハン チグサヤキ シンジャガイモノソボロニ
24	金	二色サンド(いちごジャム・マーガリン) 豚しゃぶサラダ コーンシチュー	ニショクサンド(イチゴジャム・マーガリン) ブタシャブサラダ コーンシチュー
25	土	ごはん・豆腐ハンバーグ おかか和え かきたま汁	ゴハン・トウフハンバーグ オカカアエ カキタマシル
28	火	コーンピラフ 鶏肉のエスカベーション ミネストローネ	コーンピラフ トリニクノエスカベーション ミネストローネ
30	木	たけのこごはん ししゃもの磯辺揚げ・のっぺい汁 オレンジゼリー	タケノコゴハン シシャモノイソベアゲ・ノッペイシル オレンジゼリー

9月 予定献立表

日	曜日	献立名	牛乳	材料名と主なはたらき			栄養価 1人1日あたり たんぱく質
				体の組織をつくるもの < 1群・2群 >	体の調子を整えるもの < 3群・4群 >	エネルギーとなるもの < 5群・6群 >	
7	月	大豆入りひじきごはん ごま和え 石狩汁		牛乳 大豆 鶏肉 油揚げ 鮭 生揚げ みそ ひじき (さば削り)	にんじん 小松菜 しょうが 大根 ねぎ もやし	米 三温糖 こんにやく 油 ごま	755 35.2
8	火	えびピラフ バジルポテト イタリアンスープ		牛乳 えび 鶏肉 たまご チーズ (鶏がら)	にんじん 小松菜 玉葱 マッシュルーム グリーンピース	米 じゃが芋 パン粉 バター 油	777 27.3
9	水	菊花ごはん ししゃもの利休焼き 野菜とこんにやくの煮物・桃ゼリー		牛乳 鶏肉 ししゃも (かつお削り)	にんじん いんげん しめじ 菊 干し椎茸 大根 白桃	米 砂糖 こんにやく じゃが芋 白桃ジュース 三温糖 油 ごま	783 33.5
10	木	チーズホットドッグ レモンドレッシングサラダ コーンシチュー		牛乳 ウィナー ピザチーズ レンズ豆 脱脂粉乳 生クリーム 粉チーズ 鶏肉 (鶏がら)	パセリ にんじん 玉葱 コーン キャベツ もやし にんにく レモン	コッペパン じゃが芋 小麦粉 砂糖 油 バター オリーブ油	869 31.9
11	金	みそラーメン じゃが芋の中華炒め くだもの		牛乳 みそ 豚肉 (鶏がら)	にんじん にんにく しょうが ねぎ キャベツ もやし ブルーネ	中華麺 じゃが芋 ごま油 油	796 29.6
14	月	ごはん・鮭の照り焼き 小松菜のくるみ和え 冬瓜入り豆腐団子汁		牛乳 鮭 豆腐 鶏肉 油揚げ (さば削り)	小松菜 にんじん しょうが キャベツ 冬瓜 ねぎ	米 三温糖 白玉粉 くるみ	791 35.8
15	火	きつねうどん 天ぷら(イカ・さつま芋) キャベツのごま酢和え		牛乳 鶏肉 油揚げ いか (さば削り・昆布)	にんじん 小松菜 しょうが 玉葱 ねぎ キャベツ きゅうり	うどん 三温糖 小麦粉 さつま芋 ごま 砂糖 油	914 33.6
16	水	二色サンド(マ・ガリ・プル・ベリー・ジャム) きのこのキッシュ ミネストローネ		牛乳 鶏肉 たまご ベーコン 粉チーズ 生クリーム 白いんげん豆 (鶏がら)	にんじん ほうれん草 ホールトマト パセリ 玉葱 しめじ エリンギ にんにく セロリー キャベツ	食パン 黒糖食パン 油 じゃが芋 三温糖 マカロニ マーガリン バター	763 31.4
17	木	ゆかりごはん 豆腐の肉みそ焼き のっぺい汁・くだもの		牛乳 豆腐 豚肉 みそ 鶏肉 油揚げ (かつお削り・昆布)	にんじん しょうが ねぎ しめじ 大根 梨 ゆかり	米 大麦 砂糖 里芋 こんにやく 竹輪 片栗粉 ごま 油	803 31.2
18	金	チャーハン じゃが芋のベーコン炒め 中華コーンスープ		牛乳 豚肉 たまご ベーコン 鶏肉 (鶏がら)	ピーマン ほうれん草 にんじん ねぎ 干し椎茸 玉葱 コーン	米 じゃが芋 砂糖 片栗粉 ごま油 油	772 24.0
24	木	ジャンバラヤ じゃが丸くん キャベツスープ	ジ ョ ア	ジョア 鶏肉 ウィナー たまご ベーコン 牛乳 (鶏がら)	にんじん ピーマン 赤ピーマン パセリ にんにく 玉葱 コーン セロリー キャベツ	米 じゃが芋 油 バター ホットケーキミックス	829 22.0
25	金	栗ごはん じゃこあえ 月見汁・くだもの		牛乳 鶏肉 油揚げ 豆腐 ちりめんじゃこ (かつお削り)	かぼちゃ にんじん ほうれん草 ねぎ もやし きゅうり 柿	米 もち米 白玉粉 里芋 砂糖 栗 ごま ごま油	780 24.8
28	月	パエリア さつま芋と豆のサラダ 卵スープ		牛乳 鶏肉 えび いか 豆腐 白いんげん豆 ハム 鶏肉 たまご (鶏がら)	ピーマン 赤ピーマン にんじん 小松菜 キャベツ にんにく 玉葱	米 さつま芋 砂糖 油 片栗粉 オリーブ油 ごま油	753 31.8
29	火	鰯の蒲焼き丼 里芋のみそ汁 くだもの		牛乳 鰯 油揚げ 豆腐 みそ わかめ (さば削り)	ねぎ 小松菜 人参 梨	米 大麦 片栗粉 三温糖 里芋 油 ごま	816 31.5
30	水	スパゲティミートソース りんごドレッシングサラダ		牛乳 大豆 豚肉 (豚骨)	にんじん ホールトマト 小松菜 赤ピーマン にんにく しょうが りんご 玉葱 マッシュルーム キャベツ コーン	スパゲティ 小麦粉 砂糖 三温糖 オリーブ油 油 バター	788 28.5
				今月の平均		学校給食摂取基準(12~14歳)	
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。				799kcal 30.2g		820kcal 25~40g	

9/1(火)~9/4(金)の献立表は7/17(金)に配布いたしました。ホームページにも載せてあります。