

## こんだてよていひょう

ひつけ	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき			1人分 - (kcal) えんぶん
		＜きいろのなかま＞ おもにエネルギーのもとになる食品	＜あかのなかま＞ おもに体をつくるもとになる食品	＜みどりのなかま＞ おもに体の調子を整えるもとになる食品	
1 (水)	JAふじ伊豆 三島函南地区営農経済センターさんから、トマトを無償でいただきます。				645 2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	ハヤシライス	バター こむぎこ こめあぶら じゃがいも	ぎゅうにく だっしふんにゅう こなチーズ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ トマト グリーンピース	
	わかめサラダ	ごまあぶら こんにゃく ごま さとう	ちりめんじゃこ わかめ ハム	きゅうり ホールコーン	
いちご			いちご		
2 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		639 2.3
	ちゆかめん	こむぎこ			
	みそラーメン (スープ)	こめあぶら ごま	みそ ぶたにく やきぶた	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ ホールコーン ねぶかねぎ	
	ぎょうざ	さとう こむぎこ	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	
	ポテまめちゅうかサラダ	じゃがいも ごまあぶら さとう	だいず ハム	きゅうり	
3 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		628 2.4
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	うなぎのかばやき	さとう でんぶん	うなぎ		
	きんしたまご	しょくぶつあぶら	たまご		
	にびたし	さとう		ほうれんそう はくさい にんじん	
	すましじる		かまぼこ とうふ	にんじん だいこん はねぎ	
	さんしょくゼリー	さとう しょくぶつあぶら	とうにゅう	ももかじゅう りんごかじゅう	
6 (月)	むぎいりごはん	こめ むぎ			584 2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	トンクドワフ	こめあぶら ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく なまあげ	しょうが しいたけ にんじん チンゲンサイ	
	はるさめスープ	はるさめ	ハム わかめ	しめじ にんじん キャベツ	
	メロン			メロン	
かつおぶりかけ	ごま さとう みずあめ	いわしけずりぶし かつおけずりぶし			
7 (火)	むぎいりごはん	こめ むぎ			578 1.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ししゃものたつたあげ	こむぎこ でんぶん さとう	ししゃも		
	こまつなごまあえ	ごま さとう		こまつな はくさい にんじん	
	みそしる		あぶらあげ みそ	えのきたけ だいこん たまねぎ はだいこん	
ミルクメーカー (コーヒー)	さとう				
8 (水)	あげパン (きなこ)	こむぎこ ショートニング こめあぶら さとう	だっしふんにゅう きなこ		635 1.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ポトフ	じゃがいも	ぶたにく ウィナー	にんじん たまねぎ キャベツ	
	ヨーグルトあえ		ヨーグルト	みかん (かんづめ) パイン (かんづめ) もも (かんづめ)	
9 (木)	すきやきごはん	こめ むぎ こめあぶら しらたき さとう	ぎゅうにく	たまねぎ	573 2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	しらすとおおさいりあつきたまご	さとう しょくぶつあぶら でんぶん	たまご しらす あおさ		
	ごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう キャベツ	
すましじる		かまぼこ とうふ	にんじん だいこん はねぎ		
10 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		611 2.3
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	こまつなぎゅうどん	しらたき こめあぶら さとう でんぶん	ぎゅうにく	たけのこ たまねぎ こまつな にんじん にんにく しょうが	
	ワカメスープ	ごまあぶら ごま	わかめ	たまねぎ えのきたけ ホールコーン ねぶかねぎ	
	かたぬきチーズ		チーズ		
13 (月)	むぎいりごはん	こめ むぎ			585 2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	チンジャオロース	こめあぶら じゃがいも さとう でんぶん ごまあぶら	ぶたにく	にんにく しょうが たけのこ ピーマン	
	もずくスープ	でんぶん	とりにく たまご もずく	にんじん えのきたけ たまねぎ ねぶかねぎ	
	いちご			いちご	
14 (火)	むぎいりごはん	こめ むぎ			554 2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	さばのカレーチーズやき		さば こなチーズ		
	こまつなとしめじのにびたし		あぶらあげ	こまつな にんじん しめじ	
みそしる	じゃがいも	みそ わかめ	たまねぎ はだいこん		
祝 15 (水)	おいおいこんだて		6年生の卒業、1~5年生の進級のお祝いこんだてです。		667 2.3
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ミックスフライ				
	あしたかつ	パンこ でんぶん さとう こめあぶら	ぎゅうにく ぶたにく だいず	たまねぎ ながねぎ	
	エビフライ	パンこ こむぎこ でんぶん さとう こめあぶら	えび だいず		
	ちゅうのうソース	さとう			
	むしキャベツ			キャベツ	
すましじる		とうふ かまぼこ	にんじん たまねぎ はねぎ		
おこめでおいおいケーキ	さとう こめこ	とうにゅう	いちごかじゅう		

今月は、11回の予定です。仕入れや天候などの影響で献立を変更する場合があります。

## ●保護者のみなさま●

15日(水)で、今年度の給食が終了します。一年間、向山小学校の給食と食育の取組にご理解、ご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も職員一同、力を合わせ、安全でおいしい給食づくりと、子どもたちの心と体を育む食育に力を注いでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。

