



2024 こんだて よ て い ひ よ う

ひづけ	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分量 (g)
		<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	
ひなまつり (桃の節句)					
1 (金)	むぎいりごはん	こめ むぎ			575 26.9 18.2 2.2
	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		
	あおなとひじきのにびたし	こめあぶら	ひじき あぶらあげ	キャベツ ほうれんそう	
	みそしる	じゃがいも	みそ わかめ	たまねぎ だいこん はねぎ	
	ひなあられ	うるちまい さとう でんぷん	こんぶ あおりの	トマト ほうれんそう パプリカ	
4 (月)	キムチチャーハン	こめ むぎ ごまあぶら さとう	ぶたにく こんぶ かつおぶし	はくさい たまねぎ にんじん りんご にんにく しょうが とうがらし グリンピース	547 22.9 18.9 2.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ぎょうざ	さとう こむぎこ ラード でんぷん	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	
	はるさめのいためもの	こめあぶら はるさめ		もやし キャベツ にんじん	
	ちゅうかコンスープ	でんぷん	とうふ たまご	しいたけ コーン チンゲンサイ	
5 (火)	チョコカール	こむぎこ さとう チョコ あぶら	たまご だっしふんにゅう		488 20.2 25.3 1.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ポテトフライ	じゃがいも こめあぶら			
	メキシカンポークソテー	バター こむぎこ こめあぶら	ぶたにく こなチーズ だっしふんにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース トマト	
	やさいスープ		ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ えのき パセリ	
6 (水)	むぎいりごはん	こめ むぎ			620 27.9 20.9 2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	トンクドゥフ	こめあぶら ごまあぶら さとう でんぷん	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	
	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		
	りんごヨーグルト		にゅうせいひん かんてん	りんご	
7 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		593 22.5 19.5 2.3
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	ポークカレー	こめあぶら じゃがいも さとう	ぶたにく こなチーズ だっしふんにゅう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース	
	ふくじんづけ	さとう		だいこん きゅうり なす れんこん しょうが しそ	
	フレンチサラダ	こめあぶら さとう	ハム	レタス キャベツ きゅうり コーン	
8 (金)	むぎいりごはん	こめ むぎ			576 21.1 22.2 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 でんぷん 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 わかめ	えのきたけ だいこん たまねぎ はねぎ	
	はるみ			はるみ	
11 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		571 27.0 19.5 2.1
	むぎいりごはん	こめ むぎ			
	にしよどん (そぼろ)	さとう	とりにく だいず	しょうが グリンピース	
	にしよどん (たまご)	こめあぶら さとう	たまご		
	かぼちゃのみそしる		わかめ みそ とうふ	かぼちゃ たまねぎ にんじん はねぎ	
	いちご			いちご	
12 (火)	むぎいりごはん	こめ むぎ			572 16.2 20.1 1.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	かんしょみしまコロッケ	こめあぶら さつまいも こむぎこ			
	やさいソテー	こめあぶら		ほうれんそう キャベツ にんじん	
	くたくさんじる	さつまいも こんにゃく	あぶらあげ みそ とうふ	ごぼう だいこん はねぎ	
13 (水)	J A ふじ伊豆 三島函南地区営農経済センターさんから、ミニトマトを無償でいただきます。				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		580 28.2 17.7 2.4
	ちゆかめん				
	ジャージャーめん	こめあぶら ごま さとう でんぷん ごまあぶら	みそ ぶたにく やきぶた	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ はねぎ	
	ミニトマト			ミニトマト	
	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	
14 (木)	むぎいりごはん	こめ むぎ			
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
さけのみそマヨネーズやき	マヨネーズ	さけ みそ			
やさいのアーモンドあえ	アーモンド こめあぶら		たまねぎ にんじん キャベツ		
はるさめスープ	はるさめ	かまぼこ	たまねぎ にんじん はくさい しめじ はねぎ		
祝 15 (金)	おいわいこんだて 6年生の卒業、1~5年生の進級をお祝いして赤飯です。				
	せきはん	もちこめ うるちまい	あずき		590 27.8 16.5 2.1
	ごましお	ごま			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	サイコロポークステーキ	こめあぶら さとう でんぷん	ぶたにく	にんにく だいこん	
	にびたし			ほうれんそう はくさい にんじん コーン	
	すましじる		とうふ かまぼこ	にんじん えのき たまねぎ はねぎ	
	おたのしみデザート	さとう こめこ みずあめ	とうにゅう だいず	いちご	

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(金)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つくりと、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ひます。どうぞよろしくお願いいたします。

