



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)	食もつ アレルギー	
		<きいろのなかま> <small>おもにエネルギーのもとになる食品</small>	<あかのなかま> <small>おもに体をつくるもとになる食品</small>	<みどりのなかま> <small>おもに体の調子を整えるもとになる食品</small>			
11 (火)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	565 23.5	たまご・大豆油 スキムミルク	
	チョコカルパン	こむぎこ・チョコレート さとう・あぶら(大豆油)	たまご・スキムミルク				
	2年生	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			たまご・大豆油 スキムミルク
	チョコカルパン	こむぎこ・チョコレート さとう・あぶら(大豆油)	たまご・スキムミルク				
	ごまマヨサラダ	ごま・あぶら・マヨネーズ(※) ※大豆を使用しています	まぐろ	れんこん・キャベツ・にんじん きゅうり・とうもろこし			
6年生	ポークビーンズ	じゃがいも・バター・こむぎこ あぶら	ぶたにく・だいず	トマトソース・トマトピューレ・ たまねぎ・にんじん・グリーンピース	バター・だいず		
かたぬきチーズ		チーズ		チーズ			
12 (水)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	633 20.2		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	チキンカレー	じゃがいも・あぶら・ルウ	とりにく	たまねぎ・にんじん・グリーンピース しょうが・にんにく			
	ふくじんづけ	さとう		だいこん・きゅうり・なす れんこん・しそのは・しょうが			
	2年生	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			たまねぎ・にんじん・グリーンピース しょうが・にんにく
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	チキンカレー	じゃがいも・あぶら・ルウ	とりにく	だいこん・きゅうり・なす れんこん・しそのは・しょうが			
6年生	ふくじんづけ	さとう		キャベツ・きゅうり・とうもろこし			
グリーンサラダ	あぶら・さとう	ハム		レモンかじゅう			
レモンゼリー	さとう						
13 (木)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	589 25.7	なまあげ	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	ぶうちゃんどん(ぐ)	しらたき・さとう	ぶたにく	こまつな・たまねぎ・ごぼう ねぶか・しょうが			
	みそしる		なまあげ・わかめ・みそ	だいこん・はねぎ			
	2年生	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こまつな・たまねぎ・ごぼう ねぶか・しょうが
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
ぶうちゃんどん(ぐ)	しらたき・さとう	ぶたにく	だいこん・はねぎ				
6年生	みそしる		なまあげ・わかめ・みそ	ヨーグルト	ヨーグルト		
ソフトクリームヨーグルト	さとう	ヨーグルト					
14 (金)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	629 29.1	あぶらあげ とうふ	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	にくじゃが	じゃがいも・さとう・しらたき	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・さやいんげん			
	みそしる		あぶらあげ・とうふ・みそ・わかめ	はねぎ			
	2年生	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			たまねぎ・にんじん・さやいんげん こまつな・キャベツ・とうもろこし
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	にくじゃが	じゃがいも・さとう・しらたき	ぶたにく	はねぎ			
	6年生	ごまあえ	ごま・さとう				あぶらあげ とうふ
みそしる		あぶらあげ・とうふ・みそ・わかめ	はねぎ	なっとう			
なっとう		なっとう					
17 (月)	1年生 完全給食 開始	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	650 26.1	大豆油	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	みしまコロッケ	じゃがいも・こむぎこ・でんぷん パンこ・さとう あぶら(大豆油)	ぶたにく	たまねぎ			
	あおなのいためもの	あぶら・さとう	ハム	こまつな・キャベツ・とうもろこし			
	とうにゅうチャウダー	じゃがいも・こむぎこ・あぶら	ホタテ・とうにゅう・ベーコン	たまねぎ・パセリ			
	のりのつくだに	さとう・でんぷん	のり				
18 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	520 22.3	バター さけ こなチーズ ミニトマト		
	さけとコーンのピラフ	こめ・むぎ・バター	さけ			とうもろこし・にんじん・マッシュルーム	
	ジャーマンポテト	じゃがいも・あぶら	ベーコン・こなチーズ			たまねぎ・グリーンピース	
	にくだんごとはるさめのスープ	はるさめ・さとう・あぶら	とりにく・ぶたにく			だいこん・はくさい・えのき にんじん・たまねぎ・はねぎ しょうが・にんにく	
	ミニトマト					ミニトマト	

*19日から28日は、裏面をご覧ください

ご入学・ご進級おめでとうございます!



- ★かわいい1年生を迎え、いよいよ給食がはじまります。新学期は、環境の変化などで精神的にも肉体的にも疲れ気味になります。睡眠を十分にとり、かならず朝ごはんを食べてから登校させてあげてください。
- ★1年生は11日より給食がはじまります。給食になれるために11日から14日までは段階給食となります。完全な給食ではありませんので、帰宅後にご家庭で補食やおやつを食べさせてあげてください。
- ★献立予定表は毎月配布します。献立別に使っている食材がわかるように表示していますので、ご家庭でご活用ください。



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)	食もつ アレルギー
		<きいろのなかま> <small>おもにエネルギーのもとになる食品</small>	<あかのなかま> <small>おもに体をつくるもとになる食品</small>	<みどりのなかま> <small>おもに体の調子を整えるもとになる食品</small>		
19 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		590 26.4	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	さばのしょうがに	さとう	さば	しょうが		さば
	くきわかめのきんぴら	ごま・ごまあぶら・さとう	くきわかめ・さつまあげ	にんじん・さやいんげん		さつまあげ
	みそしる		なまあげ・みそ	キャベツ・たまねぎ・えのき・はねぎ		なまあげ
20 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		628 23.0	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	マーボーとうふ	あぶら・さとう・でんぷん ごまあぶら	とうふ・ぶたにく・だいず みそ	たまねぎ・ほししいたけ・たけのこ はねぎ・にんじん・にんにく しょうが		とうふ だいず
	じゃがいものちゅうかサラダ	じゃがいも・ごまあぶら さとう		にんじん・きゅうり		
	みかんゼリー	さとう		みかんかんづめ		
21 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		622 25.2	
	ソフトめん	こむぎこ				
	ミートソース	バター・こむぎこ・あぶら	ぶたにく・だいず こなチーズ・スキムミルク	たまねぎ・にんじん・トマトソース パセリ・にんにく・しょうが		だいず・バター こなチーズ
	フレンチサラダ	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし		
	にゅうさんきんいんりょう	さとう	スキムミルク			スキムミルク
24 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		556 25.3	
	たけのこごはん	こめ・むぎ・ごま	あぶらあげ	たけのこ・にんじん・ほししいたけ		あぶらあげ
	やきつくね	さとう・でんぷん	とりにく・ぶたにく	キャベツ		
	にびたし	さとう		こまつな・キャベツ・にんじん しめじ		
	とんじる	じゃがいも・こんにゃく	ぶたにく・とうふ・みそ	だいこん・ごぼう・はねぎ		とうふ
あじつきこざかな	ごま・さとう	いわし		いわし		
25 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		597 26.3	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	さわらのこうみえ	じゃがいも・ごま・ごまあぶら でんぷん・さとう	さわら・だいず	にら・しょうが		さわら だいず
	キャベツのおひたし		かつおぶし	キャベツ・にんじん・とうもろこし		かつおぶし
	みそしる		わかめ・あぶらあげ・みそ	だいこん・はねぎ		あぶらあげ
26 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		620 31.0	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	ぶたにくのソースいため	あぶら・さとう	ぶたにく	たまねぎ・パセリ		
	こふきいも	じゃがいも				
	けんちんじる	こんにゃく	とりにく・とうふ	ごぼう・だいこん・にんじん・しめじ はねぎ		とうふ
27 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		696 27.3	
	キャロットライス	こめ・むぎ		にんじん		
	とりにくのホワイトソース	バター・こむぎこ・あぶら	とりにく・ぎゅうにゅう こなチーズ・スキムミルク	たまねぎ・こまつな・とうもろこし マッシュルーム・にんにく・しょうが		バター こなチーズ スキムミルク
	やさいのスープに		ウィンナー	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ		
	スイートポテト	さつまいも・こめこ・じゃがいも ショートニング	とうにゅう・かんてん			とうにゅう
28 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		632 24.3	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	ししゃもフライ	あぶら・こむぎこ・パンこ ライむぎこ・コーンフラワー	ししゃも			ししゃも
	ひじきのいために	あぶら・さとう	ひじき・だいず・さつまあげ	にんじん・さやいんげん		だいず さつまあげ
	みそしる	じゃがいも・やきいも	みそ	こまつな・たまねぎ		
	のりふりかけ	ごま・さとう	のり			



給食室メンバー紹介

調理員

小池 泉 (こいけいすみ) 川口 智司 (かわぐちさとし) 村山 ちひろ (むらやまちひろ)
 石井 紀子 (いしいのりこ) 本間真矢部 (ほんままやか)
 大川恵理子 (おおかわえりこ) 鈴木佐栄子 (すずきさえこ)
 小牧 泰子 (こまきやすこ) 山脇 望 (やまわきのぞみ)
 保坂 京子 (ほさかきょうこ)

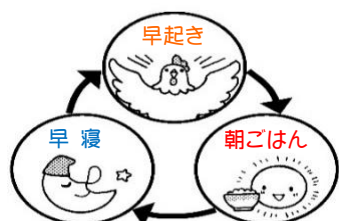


栄養士

給食室一同、愛情をこめておいしい給食をつくります！どうぞよろしくお願ひします。



★給食の写真を学校ホームページにのせてありますので、ご覧ください。



★献立は、天候等により変更になることがあります。