

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)
		<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	
9 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		582 26.2
	チョコカール	こむぎこ・さとう・あぶら・チョコシート	たまご・スキムミルク		
	ポトフ	じゃがいも	ぶたにく・ポークウインナー	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	
	グリーンサラダ	あぶら・さとう	ポークハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
10 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		620 18.5
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	チキンカレー	あぶら・カレールウ・じゃがいも	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	
	フルーツポンチ	さとう		パインカン・みかんカン・ももカン りんごカン	
11 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		536 25.9
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ぶうちゃんどん	さとう・こんにゃく	ぶたにく	しょうが・ごぼう・こまつな・ねぶかねぎ たまねぎ	
	みそしる		なまあげ・みそ・わかめ	だいこん・はねぎ	
12 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		559 23.9
	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	
	フレンチサラダ	あぶら・さとう	ポークハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
15 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		616 20.7
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	みしまコロッケ	じゃがいも・パンこ	ぶたにく	たまねぎ	
	あおなのいためもの	あぶら・さとう	ポークハム	こまつな・キャベツ・とうもろこし	
	クリームスープ	バター・こむぎこ・じゃがいも	ベーコン・こなチーズ スキムミルク・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・パセリ	
	のりのつくだに	さとう	のり		
16 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		517 21.1
	さけとコーンのピラフ	こめ・むぎ	さけフレーク	マッシュルーム・とうもろこし・にんじん	
	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	つくね	だいこん・にんじん・えのき・キャベツ はねぎ	
17 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		581 26.9
	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	
	くきわかめのきんぴら	ごまあぶら・さとう・ごま	くきわかめ・さつまあげ	にんじん・さやいんげん	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	たまねぎ・キャベツ・えのき・はねぎ	
18 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		567 22.8
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	マーボー豆腐	あぶら・さとう・でんぶん ごまあぶら	とうふ・ぶたにく・だいず みそ	たまねぎ・にんにく・はねぎ ほししいたけ・たけのこ・しょうが	
	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	

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。

★献立予定表は毎月学校ブログに投稿します。毎日の給食の写真や主な使用食材などもお知らせしています。ご覧ください。

三島市立錦田小学校

メニュー

トップ

学校からのお知らせ

給食

メニュー

献立予定表

給食だより

学校の基本方針

災害事故発生時の緊急対応マニュアル

PTA・PTCA



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)
		<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	
19 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		575 21.7
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ハンバーグ		とりにく・ぶたにく	たまねぎ・トマトペースト にんにくペースト・しょうがペースト	
	オニオンソース	さとう		たまねぎ	
	コーンポテト	あぶら・じゃがいも		とうもろこし・パセリ	
22 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		524 24.5
	たけのごはん	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	
	キャベツいりつくね	さとう・でんぷん	とりにく・ぶたにく・かつおぶし	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	こんにゃく・じゃがいも	ぶたにく・みそ・とうふ	ごぼう・だいこん・はねぎ	
23 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		586 26.0
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さわらとだいずのこうみあえ	じゃがいも・さとう・ごま ごまあぶら・でんぷん	さわら・だいず	にら・しょうが	
	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	
	みそしる		あぶらあげ・みそ・わかめ	だいこん・はねぎ	
24 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		581 30.3
	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・はねぎ しめじ	
25 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		576 22.3
	キャロットライス	こめ・むぎ		にんじんペースト	
	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	にんにく・しょうが・たまねぎ マッシュルーム グリーンピース・とうもろこし	
	やさいのスープに		ポークウインナー	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	
	26 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
せきはん		もちごめ・あずき			
シシャモフライ		パンこ・こむぎこ	ししゃも		
ひじきのいために		さとう・あぶら	だいず・ひじき・さつまあげ	にんじん・さやいんげん	
みそしる		じゃがいも・ふ	みそ	こまつな・たまねぎ	
いちごクレープ		いちごピューレ・さとう・こめこ あぶら	とうにゅう・だいずこ	レモンかじゅう・いちごかじゅう	
30 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		534 23.0
	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	
	ごまあえ	ごま・さとう		こまつな・キャベツ・とうもろこし	
	みそしる		あぶらあげ・とうふ・みそ・わかめ	はねぎ	



給食室メンバー紹介



今月の給食は
15回です



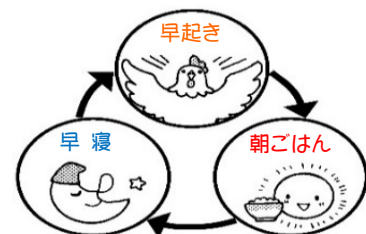
◆調理員◆

小池 泉(こいけいずみ) 川口 智司(かわぐちさとし)
本間真矢都(ほんままやか) 齋藤 久美(さいとうくみ)
小牧 泰子(こまきやすこ) 渡邊 由羽(わたなべゆう)
邑井 治美(むらいはるみ) 宮澤 直子(みやざわなおこ)

◆栄養士◆

荻島 恵(おぎしまめぐみ)

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
お願いします。



毎日の
生活リズムを大切に!

