



こんだてよていひょう



2025
三島市立錦田小学校

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>	<あかのなかま>	<みどりのなかま>	
		おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	
9 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		519 25.5
	チョコカルパン	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	
	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 (木) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		621 18.8
	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		パインかん・みかんかん・ももかん りんごかん	
11 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		530 26.3
	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・いわのり	だいこん・はねぎ	
14 (月) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		546 23.7
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	やきにくどんのぐ	あぶら・さとう・ごま・でんぷん	ぶたにく	ももかん・しょうが・にんにく・ たまねぎ・にんじん・ピーマン	
	みそしる	じゃがいも	わかめ・みそ・あぶらあげ・いわのり	だいこん・はねぎ	
15 (火) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		584 20.9
	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・かきあぶら	ポークハム	こまつな・キャベツ・とうもろこし	
16 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		514 20.2
	ツナとコーンのピラフ	こめ・むぎ	まぐろあぶらづけ	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	ポークウインナー	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・えのきたけ・ キャベツ・ほししいたけ・はねぎ	
17 (木) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		573 25.9
	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	
18 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		571 23.6
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	マーボー豆腐	あぶら・さとう・でんぷん 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・とうもろこし	

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

学校いじめ基本方針

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> しよくひん おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> からだ おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> からだ ちようし など おもに体の調子を整えるもとになる食品	
21 (月) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		610 23.3
	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	
	やさいのスープに		ポークウインナー	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	
ふるさと 給食 22 (火) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		514 29.4
	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	
	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	
	かこうこざかな	さとう・ごま	いわし		
23 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		601 26.7
	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・あぶら	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 (木) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		561 26.3
	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・ほししいたけ	
にゅうがく しんきゅう おいおい こんだて 25 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		651 22.9
	せきはん(ごましお)	こめ・もちごめ・ごま	あずき		
	ししゃもフライ	パンこ・こむぎこ・あぶら	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・ほししいたけ・さやいんげん	
	みそしる	じゃがいも・やきふ	みそ	たまねぎ・はねぎ	
	いちごクレープ	さとう・こめこ・あぶら	とうにゅう・だいずこ	いちごピューレ・レモンかじゅう・いちごかじゅう	
28 (月) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		559 24.8
	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・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	
	ビーンズサラダ	ごまあぶら・さとう	だいず	キャベツ・えだまめ・きゅうり・とうもろこし	
30 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		525 20.1
	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・スキムミルク・こなチーズ	しょうが・にんにく・たまねぎ・ マッシュルーム・とうもろこし・グリーンピース	
	やさいのスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	
	くだもの			きよみオレンジ	



＊ ＊ 給食室メンバー紹介 ＊ ＊



＊調理員＊

こいけ いずみ かわぐち さとし
さいとう くみ もりした ゆり
ほさか きょうこ むらい はるみ
つつみ なおみ おおた まり
ふるた ゆうこ

＊栄養士＊

うえの こelmi

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。

