












ご入学・ご進級おめでとうございます！

★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) カルシウム (mg)
			おもにエネルギーのもとになる		おもに ^{からだ} 体をつくるもとになる		おもに ^{からだ} 体の調子を整えるもとになる ^{ちやうし}	
			＜きいろのグループ＞		＜あかのグループ＞		＜みどりのグループ＞	
17 (木) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		561 293
	にしよくどん	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
		ぐ	さとう		ぶたにく・とりにく きはだまぐろ こおりどうふ		ふるね・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ グリーンピース	
		いりたまご	さとう	あぶら	たまご			
みそしる				あぶらあげ・みそ	わかめ	だいこん・えのきだけ・はねぎ		
18 (金) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		526 319
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	とりのごまソース		さとう	ごま	とりにく		にんにく・ふるね	
	やさいのソテー			あぶら			にんじん・キャベツ	
	みそしる		じゃがいも		みそ・あぶらあげ	わかめ	えのきだけ・たまねぎ・はねぎ	
21 (月) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		557 288
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	さわらとだいずのこうみあえ		でんぷん・さとう・じゃがいも	あぶら・ごまあぶら	さわら		ふるね・はねぎ・ねぶかねぎ	
	とうふのスープ				とうふ		たまねぎ・にんじん・しめじ・こまつな	
22 (火) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		529 288
	わかめごはん		こめ・むぎ			わかめ		
	にくじゃが		さとう・こんにやく・じゃがいも		ぶたにく		にんじん・たまねぎ・さやいんげん	
	かきたまみそしる				たまご・みそ		キャベツ・えのきだけ・はねぎ・たまねぎ	
23 (水) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		599 315
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	いわしのかばやき		さとう・でんぷん	あぶら	いわし			
	キャベツのソテー			あぶら			にんじん・キャベツ	
	ぐだくさんじる		こんにやく・さとう・さといも		とうふ・みそ こんさいいりつくね (ぶたにく・とりにく・だいず)		ごぼう・れんこん・だいこん・にんじん・はねぎ	
24 (木) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		536 284
	キャロットライス		こめ・むぎ	あぶら			にんじん	
	とりにくのとうにゅうソース		ルウ(小麦粉)	あぶら	とりにく・しらはなまめ とうにゅう		たまねぎ・マッシュルーム・ほうれんそう	
	やさいのスープに		じゃがいも		ぶたにく・ウインナー		にんじん・たまねぎ・キャベツ・だいこん	
25 (金) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		605 342
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	はながたハンバー グのやさいあんかけ	はながたハンバーグ	さとう	あぶら	とりにく・とうふ・おから		たまねぎ・にんにく・ふるね・にんじん	
		やさいあんかけ	でんぷん	あぶら	ハム		にんじん・たまねぎ・たけのこ・えのきだけ やさいんげん	
	すましじる				かまぼこ・とうふ・なると		にんじん・しめじ・はねぎ	
フレンズブレイク		こめこ・さとう・みずあめ	あぶら	とうにゅう		いちご・レモンかじゅう		
28 (月) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		537 359
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	さばのカレーチーズやき				さば	こなチーズ		
	エリンギソテー			バター			エリンギ・キャベツ・チンゲンサイ	
	ワントンスープ		わんたんのかわ(小麦)	ごま	ぶたにく・なると	わかめ	にんじん・はくさい・はねぎ	
30 (水) 	ぎゅうにゅう					ぎゅうにゅう		664 377
	むぎいりごはん		こめ・むぎ					
	とりとポテトのなかよしあえ		じゃがいも・でんぷん・さとう	あぶら・ごま ごまあぶら	とりにく・だいず		ふるね・にんにく・ほうれんそう	
	みそしる				とうふ・みそ・あぶらあげ		たまねぎ・はねぎ	
	ヨーグルト				ヨーグルト			



給食室メンバーの紹介

安心・安全な給食作りを
心がけます。よろしくお願いします。

※調理員※

白川 裕子（しらかわ ゆうこ） 杉山 あかね（すぎやま あかね）
坂本 裕美（さかもと ひろみ） 渡邊 由羽（わたなべ ゆう）
渡邊 基子（わたなべ もとこ） 前田 敦子（まえだ あつこ）

※栄養士※

鈴木 美紀子（すずき みきこ）



★給食の写真や給食を作っている様子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。



三島市立徳倉小学校

検索



三島市立徳倉小学校
ホームページ

→

学校ブログ

→

給食

今月の給食は
15回です