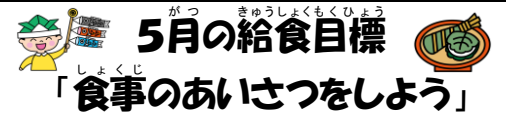


学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
1日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	7日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	85	○			535	ぎゅうにゅう	こめ	100	○			567
	とりにく	10		○				ぶたにく	80		○		
たけのごはん	うすあげ	10		○		小(高)	スタミナどん	にんじん	15			○	小(高)
	たけのこ	20			○	611		たまねぎ	65			○	629
こいのぼり	にんじん	10			○		はるさめスープ	もやし	35			○	
ハンバーグ	うすくちしょうゆ	7.8				中・高		にら	10			○	中・高
	さけ・みりん					724		しょうが	0.7			○	755
じゃがいもと	だしじる							にんにく	0.7			○	
キャベツの	こいのぼりハンバーグ	60		○				あぶら	1.3	○			
カレーいため	あげあぶら	3	○					トウバンジャン	0.1				
	キャベツ	15			○			しょうゆ	3.2				
とうふと	にんじん	10			○			みりん	0.5				
わかめの	じゃがいも	30	○					あかみそ	3.2		○		
すましじる	オリーブオイル	1.5	○					さけ	2.6				
	しお	0.3						かたくりこ	0.7				
こどものひ	カレーこ	0.1						ごまあぶら	0.7	○			
デザート	とうふ	15						とりがらスープ	6.6				
	わかめ	0.3		○				しお・こしょう					
	はくさい	15			○			とりミンチ	20		○		
	にんじん・しろねぎ	10			○			はるさめ	6	○			
	えのきだけ	8			○			ちんげんさい	13			○	
	うすくちしょうゆ	2						たまねぎ	13			○	
	さけ・しお							にんじん	10			○	
	だしじる・だしこんぶ							しょうが	0.4			○	
	こどものひデザート	1個	○					あぶら	0.7	○			
								しょうゆ	4				
								さけ	1.3				
								みりん	1.3				
								とりがらスープ	13				
								しお	0.2				
								こしょう	0.02				

はちじゅうはちや
八十八夜

夏も近づくと、八十八夜〜♪
「茶つみ」の歌

なんのここと？
八十八夜？
八十八夜な、ちようど今日が

88日

5月2日 八十八夜

2月4日 立春

立春から数えて、88日目のことだね

この日につんだ新茶を飲むと、長生きするともいわれていて

特別なお茶なのよ

さ〜とおいしいこと、たくさんあるわね

まじで数日後...
あ、茶柱立った！
きれいな色〜！

8日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	ハニーパンズ	70	○			528
	にくじゃがコロッケ	50	○			
ハニーパンズ	あげあぶら			○		小(高)
	ブロッコリー	30			○	574
にくじゃが	かぼちゃ	20	○			
コロッケ	にんじん	10			○	中・高
	オリーブオイル	0.5	○			701
かぼちゃと	エッグケアマヨネース	7	○			
ブロッコリーの	しお	0.1				
マヨネーズいため	こしょう	0.02				
	とりにく	15		○		
オニオンスープ	たまねぎ	30			○	
	にんじん	10			○	
	しめじ	8			○	
	さやいんげん	8			○	
	ソテードオニオン	7			○	
	パセリ	0.05			○	
	オリーブオイル	0.7	○			
	しろワイン	1				
	うすくちしょうゆ	0.5				
	とりがらスープ	13				
	しお	0.15				
	こしょう	0.02				
	やさしいブイヨン	0.66				

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

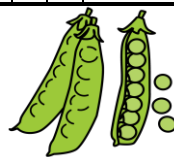
学校給食予定献立表

給食は調理員さんが作っています。



献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
11日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	13日(水)	アシドミルク	160		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	75	○			534	アシドミルク	こめこパン	70	○			513
	さのたまあじつけのり	1袋		○			にくだんご	たまねぎ	40		○		小(高)
ごはん	うどん	80	○			小(高)	こめこパン	にんじん	20		○		577
(すくなめ)	ぶたにく	25		○		592	ミートボール	ブロッコリー	30		○		
	うすあげ	10		○			シチュー	マッシュルーム	7		○		中・高
さのたま	たまねぎ	30		○		中・高	ポテトサラダ	にんにく	0.7		○		738
あじつけのり	にんじん	10		○		707		あぶら	1.3	○			
	しろねぎ	10		○				ハヤシルウ	13	○			
カレーうどん	ほうれんそう	13		○				ケチャップ	2.6				
	あぶら	1.3	○					あかワイン	2.6				
こまつなど	カレールウ	10	○					ウスターソース	1.3				
こうやどうふの	カレーこ	0.3						とりがらスープ	6.6				
にびたし	うすくちしょうゆ	6.5						しお・こしょう					
	みりん	3.2						じゃがいも	40	○			
	だしじる	2.19						たまねぎ・にんじん	8		○		
	こまつな	20			○			きゅうり	10		○		
	こうやどうふ	2.5		○				エッグケアマヨネーズ	10	○			
	うすあげ	13		○			14日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	にんじん	10			○		ぎゅうにゅう	やきそばめん	130	○			577
	さけ	1.3					やきそば	ぶたにく	40		○		小(高)
	しょうゆ	2.7					とうふと	キャベツ	25		○		625
	さとう	0.57					わかめの	ピーマン	10		○		
	みりん	1.3					ちゅうかスープ	たまねぎ	20		○		中・高
	だしじる	0.44					こめこの	にんじん	13		○		723
12日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	ももタルト	だいずもやし	20		○		
ぎゅうにゅう	こめ	85	○			536	あぶら	あぶら	2.6	○			
	グリーンピース	13			○		やきそばソース	ウスターソース	1.3				
まめごはん	さけ	1.3				小(高)	ケチャップ	しお・こしょう	9				
	しお	0.65				578	とりミンチ	15		○			
ぶたじる	ぶたにく	20		○		中・高	とうふ	15		○			
あじのたつたあげ	とうふ	15		○		701	はくさい	15		○			
	はくさい	10			○		たまねぎ・にんじん	13		○			
	にんじん	10			○		わかめ	0.3		○			
	ごぼう	10			○		しょうが	0.8		○			
	さといも	25	○				あぶら	1	○				
	あおねぎ	4			○		さけ・しょうゆ						
	つきこんにゃく	10	○				うすくちしょうゆ	2					
	あぶら	1.3	○				みりん・しお・こしょう						
	さけ	2.6			○		とりがらスープ	13					
	みそ	10			○		こめこのももタルト	35	○				
	だしじる	2.2					15日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	あじ	80			○		ぎゅうにゅう	こめ	80	○			593
	しょうが	0.65					ごはん	さば	80		○		小(高)
	さけ	2					さばのみそに	つちしょうが	1.3		○		636
	みりん	2					かきたまじる	みそ・あかみそ			○		
	しょうゆ	5						しょうゆ	2.2				中・高
	かたくりこ	8						さとう	4.5				777
	あげあぶら	3	○					さけ・みりん					
								たまご	20		○		
								とうふ	20		○		
								たまねぎ	20			○	
								にんじん・しろねぎ	10		○		
								ほうれんそう	13		○		
								うすくちしょうゆ・みりん					
								しお	0.4				
								だしじる・だしこんぶ					
								かたくりこ	1				

グリーンピース



- 旬は、春先の3～6月ごろです。
- さやがやわらかい時期に収穫し、さやの中の豆を食べます。
- 元気のもとになるビタミンB1がたくさん含まれています。
- 給食では、生のグリーンピースを使って「まめごはん」を作っています。

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)