

日	曜日	主食	こんだて	赤のなかまの食品	黄のなかまの食品	みどりのなかまの食品	エネルギー	
				ち・に・く・ほねになる	ねつやちからになる	体のちょうしをととのえる	たんぱく質 脂質 行事食等	
8	月	 入学式						
9	火	白ごはん	てりやきハンバーグ コールスローサラダ みそしる	牛乳 ハンバーグ わかめ うすあげ	みそ 白ごはん さとう じゃがいも ごま かたくりこ	たまごなしマヨネーズ キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ きゅうり ホールコーン	615 Kcal 23 g 22 g	
10	水	麦ごはん (増量)	ドライカレー ヨーグルト	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆ミート	ひよこ豆 ヨーグルト	麦ごはん カレールー じゃがいも さとう 油 こむぎこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	658 Kcal 24 g 18 g
11	木	白ごはん	鯛のフライ スパゲティナポリタン クラムチャウダー	牛乳 いわし ベーコン チーズ	あさり とり肉	白ごはん パンこ あぶら てんぷらこ さとう 生クリーム スパゲティ じゃがいも オリーブ油 こめこ バター	にんにく にんじん たまねぎ ピーマン トマト	706 Kcal 25 g 23 g
12	金	白ごはん	鶏の竜田揚げ マセドアンサラダ 紅白すまし汁	牛乳 とり肉 ロースハム あられふかし	きぬごしどうふ	白ごはん じゃがいも こむぎこ たまごなしマヨネーズ かたくりこ あぶら	にんにく えのきたけ しょうが ホールコーン きゅうり こまつな	632 Kcal 24 g 26 g 1年生開始
15	月	白ごはん	豚肉のくわ焼き 青菜のチーズおかか和え みそけんちん汁	牛乳 ぶた肉 糸がつつお チーズ	とり肉 もめんどうふ みそ	白ごはん さとう こむぎこ ごまあぶら かたくりこ あぶら	しょうが だいこん ねぎ キャベツ ごぼう こまつな ほししいたけ にんじん こんにゃく	648 Kcal 28 g 25 g
16	火	白ごはん	ししゃもからあげ たまごと春キャベツのサラダ クリームシチュー	牛乳 ししゃも たまご とり肉		白ごはん バター あぶら こめこ さとう 生クリーム じゃがいも	キャベツ ブロッコリー きゅうり たまねぎ にんじん	669 Kcal 25 g 26 g
17	水	白ごはん	パンネのカレーグラタン 野菜スープ	牛乳 ぶた肉 大豆ミート チーズ	ベーコン	白ごはん カレールー パンネ さとう あぶら	にんにく セロリ たまねぎ キャベツ にんじん トマト	617 Kcal 23 g 20 g
18	木	白ごはん	大豆のしらすの揚げ煮 肉じゃが 清美オレンジ	牛乳 大豆 こんぶ しらすぼし	ぶた肉	白ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま	にんじん たまねぎ さいいげん きよみオレンジ	642 Kcal 23 g 21 g
19	金	麦ごはん (増量)	マーボー丼 水餃子 杏仁豆腐	牛乳 ぶた肉 大豆ミート 赤だしみそ	きぬごしどうふ ぎょうさ	麦ごはん ごまあぶら あぶら ごま さとう あんにとんどうふ かたくりこ	しょうが ほししいたけ ねぎ たけのこみず たまねぎ はくさい にんじん ちんげんさい	669 Kcal 24 g 19 g ジオ・パーク給食
22	月	白ごはん (減量)	春巻き 中華和え みそラーメン	牛乳 はるまき ロースハム ぶた肉	赤だしみそ みそ	白ごはん デミラーメン あぶら ごま ごまあぶら	もやし ホールコーン ねぎ にんじん たまねぎ きゅうり しょうが キャベツ にんにく	693 Kcal 21 g 27 g
23	火	食パン セルフ サンド	メンチカツ ポテトサラダ オニオンスープ	牛乳 メンチカツ ベーコン		食パン じゃがいも パンこ たまごなしマヨネーズ あぶら さとう	ホールコーン えのきたけ きゅうり にんじん たまねぎ	601 Kcal 20 g 29 g おはなし給食
24	水	白ごはん	さばのみそに ごまず和え 沢煮わん	牛乳 さば うすあげ ぶた肉	みそ 赤だしみそ	白ごはん さとう ごま かたくりこ	しょうが にんじん ねぎ こんにゃく ごぼう みつば こまつな たけのこみず もやし えのきたけ	606 Kcal 25 g 23 g
25	木	白ごはん	ちくわの磯辺揚げ 切り干し大根炒り煮 豆乳汁 キャンディーチーズ	牛乳 ちくわ あおのりこ とり肉	ぶた肉 とうにゅう 大豆ペースト チーズ	白ごはん ごまあぶら さとう あぶら	にんじん たまねぎ ごぼう がなしめじ ねぎ	616 Kcal 24 g 21 g
26	金	麦ごはん (増量)	ポークカレー フルーツふるふるゼリー	牛乳 ぶた肉 チーズ		麦ごはん じゃがいも こむぎこ ゼリー バター さとう カレールー	にんにく トマト しょうが もも缶 たまねぎ みかん缶 にんじん パイン缶	725 Kcal 20 g 20 g
29	月	昭和の日						
30	火	さくら 麦ごはん	たけのこそばろ丼 めった汁	牛乳 ぶた肉 大豆ミート たまご	みそ	さくら麦ごはん さつまいも あぶら さとう ごまあぶら	しょうが だいこん ねぎ にんじん ごぼう 生たけのこ たまねぎ えだまめ こんにゃく	632 Kcal 28 g 18 g

※ 牛乳は毎日つきます。

※ 都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

※ 主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、黄、緑のグループに分けて記載してあります。

食塩量 4月平均2.1g