

## 6がつ よていこんだてひょう



高岡市立博労小学校

<u>今月の栄養価(1食当たり)</u> エネルギー:629kcal たんぱく質:25.lg 脂質:20.8g

	1				1 .		1 .
v	よう	ぎょうじしょく	しゅしょく	ふくしょく	あか からだをつくる	き ねつやちからのもとになる	みどり からだのちょうしをととのえる
			こめこ	タンドリーチキン◆	ぎゅうにゅう◆ とりにく	こめこいりパン◆	ちんげんさい キャベツ
2	げつ		いり	ちんげんさいとベーコンのソテー	ヨーグルト◆ ベーコン	あぶら	もやし にんじん りんご
			パン◆	フルーツポンチ■	かんてん	さとう カクテルゼリー	もも パイン バナナ■
				にくシューマイ	ぎゅうにゅう◆ ぶたにく	ごはん	きゅうり にんじん コーン
3	か		ごはん	バンサンスー	にくシューマイ	はるさめ さとう あぶら	しょうが にんにく ほししいたけ
_				マーボーどうふ	あかみそ とうふ	でんぷん ごまあぶら	たまねぎ ねぎ
				さばのしおやき☆	ぎゅうにゅう <b>◆</b> さば☆	ごはん	にんじん ごぼう
,	すい	かみかみ	ごはん	こんにゃくのきんぴら★	ぶたにく とうふ	さとう ごまあぶら	なましいたけ
4	9 0.	まんだで <b>献立</b>	Clan				なめこ えのきだけ
		нд		とうふときのこのみそしる	みそ	こんにゃく ごま★	
_ ا		地場産品		ひよこまめのあげがらめ	ぎゅうにゅう◆ とうふ	ごはん じゃがいも	キャベツ ほうれんそう
5	ŧ<	7 A.F/T	ごはん	あおなのあえもの	だいず ひよこまめ	さとう あぶら でんぷん	にんじん
		献立		だんごいりみそしる	こうやどうふ みそ	しらたまだんご	ごぼう
			2/3	オムレツ※	ぎゅうにゅう◆	コッペパン◆	にんじん ブロッコリー
6	きん			ブロッコリーサラダ	ぶたにく あおのり◎	さとう あぶら	きゅうり たまねぎ
			パン◆	やきそば◎	オムレツ※	ちゅうかめん	キャベツ コーン
			1	コーンエッグ※	ぎゅうにゅう◆ たまご※	しょくパン◆ じょうしんこ	きゅうり にんじん
9	げつ		しょく パン◆	かいそうサラダ◎★	わかめ◎ しろてぼう	じゃがいも マーガリン◆	コーン たまねぎ
			~~ <b>~</b>	こめこシチュー◆	ベーコン だっしふんにゅう◆	さとう あぶら ごま★	キャベツ マッシュルーム
		じ ばかんひん	1	ぶたにくとしらたきのピリからいため	ぎゅうにゅう◆	ごはん	にんにく しょうが きくらげ
10	か	地場産品	ごはん	こまつなともやしのおひたし	もずく◎ ぶたにく	さとう あぶら こんにゃく	にら こまつな もやし ごぼう
		献立	13.75	もずくのみそしる◎ ぶどうゼリー	とうふ みそ	ごまあぶら ぶどうゼリー	だいこん にんじん ねぎ
				さけのゴマネーズやき☆★※	ぎゅうにゅう <b>◆</b> ぶたにく	ごはん マヨネーズ※	コーン ねぎ にんじん
	すい		げんりょう	でけのコマネースやき☆★※ ひじきのいりに◎ そうめんじる	さゅうにゅう <b>▼</b> ふたにく さけ☆ だいず	こんにゃく さとう あぶら	カーン ねき にんじん
111	9 (1		ごはん				
	$\sqcup$	#:D-857*		れいとうみかん	あぶらあげ ひじき◎	そうめん ごま★	れいとうみかん
		高岡		かきあげどん※	ぎゅうにゅう◆ とりにく	ごはん あぶら	たまねぎ にんじん コーン
12	もく	食19丼	ごはん	きゅうりとキャベツのしおもみ	だいず たまご※	さとう でんぷん	ごぼう きゅうり キャベツ
		<b>献立</b>		きのこのすましじる ヨーグルト◆	とうふ ヨーグルト◆	こむぎこ	なましいたけ しめじ ねぎ
		地場産品		わかさぎのなんばんづけ☆	ぎゅうにゅう◆	ごはん でんぷん あぶら	ほうれんそう キャベツ ねぎ
13	きん	7/4/07	ごはん	ほうれんそうときりぼしだいこんのひたし	わかさぎ☆	じゃがいも こんにゃく	にんじん きりぼしだいこん
		献立		すきやきに アンデスメロン△	ぶたにく とうふ	さとう ふ	アンデスメロン△
			1	あらびきウインナー	ぎゅうにゅう◆ わかめ◎	コッペパン◆	コーン にんじん
14	ど		コッペ	コーンポテト◆	あらびきウインナー	じゃがいも	ほししいたけ もやし
			パン◆	やさいスープ◎	わかめ◎	マーガリン◆	たまねぎ
			1	<u> </u>		* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	~**
16				¥			
10	げつ			00 * 🗓 0 * 000 💇	繰替え休業	<b>B</b> 00* <b>W</b> 0*	· 0 0 0 (D)
10	げつ					9 × 0 0 * 0 0 *	_
		じ 歳んひん 地場産品		げんげのからあげ☆	ぎゅうにゅう◆	ごはん	ほうれんそう キャベツ
	がか	地場産品	ごはん				_
		地場産品	ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ
17	か	7/4/07	ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ
17		7/4/07		げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ
17	か	7/4/07		げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ
17	か	7/4/07	ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★ さとう さつまいも	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん
17	か	7/4/07	ごはんしょく	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん
17	かすい	7/4/07	ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが
17	かすい	献立	ごはんしょく	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ
17	かすい	7/4/07	ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん
17	かすいもく	献立	ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぷん あぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ
17	かすいもく	地場産品	ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ	ごはん あぶら さとう ごま★ ふ ごはん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ごはん でんぷん あぶら じゃがいも ごまあぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ
17 18 19 20	かすいもくきん	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぷん あぶら じゃがいも ごまあぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ
17 18 19 20	かすいもく	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロー じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ごはん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ ごぼう ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト
17 18 19 20	かすいもくきん	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ ベーコン たまご※	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ごはん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん	ぼうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス
17 18 19 20 23	かいもくきんげつ	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ ベーコン たまご※ ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ごはん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ごはん	ぼうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん
17 18 19 20 23	かすいもくきん	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため	<ul> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>げんげ☆ わかめ⑤</li> <li>みそ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>がんも ぶたにくくきわかめ⑥ みそ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>とりにくベーコン</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>さば☆ とりにくたまご※ とうふ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>ボーコンたまご※</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>いわしのみぞれに☆</li> </ul>	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ごはん ではん ではん	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ
17 18 19 20 23	かいもくきんげつ	地場産品	ごはん しょく パン◆ ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ ベーコン たまご※ ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ごはん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ごはん	ぼうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん
17 18 19 20 23	かいもくきんげつ	地場産品	ではん しょく パン◆ ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため	<ul> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>げんげ☆ わかめ⑤</li> <li>みそ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>がんも ぶたにくくきわかめ⑥ みそ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>とりにくベーコン</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>さば☆ とりにくたまご※ とうふ</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>ボーコンたまご※</li> <li>ぎゅうにゅう◆</li> <li>いわしのみぞれに☆</li> </ul>	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ごはん ではん ではん	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ
17 18 19 20 23	かいもくきんげつ	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しょく ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ べーコン たまご※ ぎゅうにゅう◆ いわしのみぞれに☆ ぶたにく ベーコン	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ごはん ではん ではん でんぷん ことくパン◆ あぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぷん ではん こまあぶら ことくがいも こんにゃく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ
17 18 19 20 23	かすらくきんげつか	地場産品献立	ではん しょく パン◆ ごはん しょく パン◆	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりふ ぎゅうにゅう◆ べまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ べっコン たまご※ ぎゅうにゅう◆ いわしのみぞれに☆ ぶたにく べーコン ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら たかおかげんきコロッケ◆ でんぶん ごはん ではよるぶら さとう じゃがいも さとう じゃがいも こんにゃく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブロッコリー
17 18 19 20 23	かりもくがっか	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しょく ごはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルマーストローネ さばのカレーあげ☆ かたまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりうふ ぎゅうにゅう◆ べっコン たまご※ とうふ ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン だゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ とうふハンバーグ とりにく だいず	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら たかおかげんき コロッケ◆ でんぷん ごはん ではよるぶら さとう じゃがいも こんにゃく むぎごはん あぶら	ぼうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけ しょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブロッコリー たまねぎ ピーマン
17 18 19 20 23 24	かいくきんげつかい	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しょく ごはん しが なか こだはん がか	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばのカレーあげ☆ ゆでやさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとペーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とうふ ぎゅうにゅう◆ べっコン たまご※ どうふ ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ とうふハンバーグ とりにく だいず ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまあぶら しょくパン◆ シェルマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら たかがいも ごまあぶら たかおがげんきコロッケ◆ でんぶん ごはん ごはん さとう じゃがいも こんにゃく むぎごはん あぶら さとう こだんん	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけしょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ レタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブロッコリー たまねぎ ピーマン にんじん もやし
17 18 19 20 23 24	かりもくがっか	地場産品献立	ごはん しょく  ごはん しいン◆  ごはん  こがはん  こがはん	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばやかさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ペーコン ぎゅうにゅう◆ さばご※ とうふ ぎゅつにゅう◆ べまごうにゅう◆ べまごうにゅう◆ いわしのみぞれに☆ ぶたはっコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ボーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく だず ぎゅうにゅう◆ フライぎょうざ★	ではん あぶら さとう でま★ ふ ではん でま★ さとう さつまいも こんにゃく ごまかマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら しょくパン◆ あぶら たかがいん ごまあぶら たかがけんき コロッケ◆ でんぷん ごまあぶら さとう じゃがいも こんにゃく むぎごはん あぶら さとう じゃがいも こんにゃく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさい なましいたけしょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ トリぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン プロッコマン にんじん もやし こまつな キャベツ
17 18 19 20 23 24	かいくきんげつかい	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しょく ごはん しが なか こだはん がか	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★⑤ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローあ さばのかといい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとペーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく たまご※ とうふ ぎゅーコご※ ぎゅーコご※ ぎゅうにゅう◆ いわしのみぞれに☆ ぶたにく べーコン ぎゅうにゅう◆ いわしのみぞれに☆ ぶたにく だいず でゅうふハンバーグ とりにく だいず でゅうイぎょうざ★ ぶたにく	ではん あぶら さとう でま★ ふ ではん でま★ さとう さっまいも こんにゃく ごまかマカロニ じゃがいも ごまあぶら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あぶら じゃがいも ごまあぶら たかがいも ごまあぶら たかおがげんき コロッケ◆ でんぶん ごはん ではあぶら さとう じゃがいも こんにゃく おぎごはん あぶら さとう じゃがいも さとう じゃがいも こんにゃく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさい なましいたけしょうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ トリダス にんじん エリジギ にんじん エリジギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン プロッコ マン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく
17 18 19 20 23 24 25 26	か すい も きん げつ か い く	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しょく ごはん しが なか こだはん がか	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばでかさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン しろみざかなのマリネ☆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく なまづにゅう◆ べまご※ とうふ ぎゅーコご※ ぎゅーコご※ ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ボーコン ぎゅうにゅう◆ こだにく だゅうにゅう◆ フライざく ぶたにく ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さっまいも こんにゃく ジェルマカらロ しゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ シェルマガら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あごら たかがいも ごまあぶら たかがげんきカッケ◆ でんぶん ごはん ぶん さとう じゃがいも さとう じゃがいも さとう じゃがいも さとう じゃがいも さらっと がはん あぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけしょうが こまつな キャベツ もやし ドレタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブロッコリー たまねぎ としいか にんじん モキャベツ よっか にんじん まなさ まりが にんにく コーン ブロッコマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン
17 18 19 20 23 24 25 26	かいくきんげつかい	地場産品献立	ごはん しょく◆ ごはん しょン◆ ごはん こよく◆ ごはん がかられた。 こだはん ごはん がかられた。 こだれた。	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばやかさい たまごとうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトレクヌスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン しろみざかなのマリネ☆ きゅうりのごまひたし★	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅう とりにく ボーコン ぎゅう か とりうふ ぎゅーコご※ ぎゅーコご※ ぎゅーカーのみぞ ベーコン ぎゅふハンバーグ とりにう・ フラにいう◆ スたくにゅう◆ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたいう・ スたいっう◆	ではん あぶま★ ふ ではん でま★ さとう でまいも こんにゃく でまいるぶら しょくパン◆ シェルマカら オリーブオイル ではん がいも がらら じゃがいも がらら たかがけんきがいも コロッケ◆ でんぶん ではん ぶん さとう ではん がいがいも さとらしたかがいも でんぶん ではん がいら さとう でんぶん ではん あぶら でんぶん ではん あがら でんぶん ではん あがいち こんにやく おがいも こんにやく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん はくさが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさが こまつな キャベツ もやし トワタス にんにく チリンぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブピーマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン きゅうり キャベツ
17 18 19 20 23 24 25 26	か すい も きん げつ か い く	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しいン◆ ごはん しいン◆ ごはん しいいか◆ こいはん こいがからないがある。	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばでかさい たまごととうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトとレタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン しろみざかなのマリネ☆	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ さば☆ とりにく なまづにゅう◆ べまご※ とうふ ぎゅーコご※ ぎゅーコご※ ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ベーコン ぎゅうにゅう◆ いわにく ボーコン ぎゅうにゅう◆ こだにく だゅうにゅう◆ フライざく ぶたにく ぎゅうにゅう◆	ではん あぶら さとう ごま★ ふ ではん ごま★ さとう さっまいも こんにゃく ジェルマカらロ しゃがいも ごまあぶら しょくパン◆ シェルマガら オリーブオイル さとう ではん でんぶん あごら たかがいも ごまあぶら たかがげんきカッケ◆ でんぶん ごはん ぶん さとう じゃがいも さとう じゃがいも さとう じゃがいも さとう じゃがいも さらっと がはん あぶら	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい なましいたけしょうが こまつな キャベツ もやし ドレタス にんにく きりぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブロッコリー たまねぎ としいか にんじん モキャベツ よっか にんじん まなさ まりが にんにく コーン ブロッコマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン
17 18 19 20 23 24 25 26 27	か すい く きん げつ かい く きん	地場産品献立	ごはん しょく ごはん しいン◆ ごはん しいン◆ ごはん しいいか◆ こいはん こいがからないがある。	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーツあえ■ ミネストローネ さばやかさい たまごとうふのちゅうかスープ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいとベーコンのソテー トマトレクヌスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン しろみざかなのマリネ☆ きゅうりのごまひたし★	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ とりにく ベーコン ぎゅう とりにく ボーコン ぎゅう か とりうふ ぎゅーコご※ ぎゅーコご※ ぎゅーカーのみぞ ベーコン ぎゅふハンバーグ とりにう・ フラにいう◆ スたくにゅう◆ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたくにゅう・ スたいう・ スたいっう◆	ではん あぶま★ ふ ではん でま★ さとう でまいも こんにゃく でまいるぶら しょくパン◆ シェルマカら オリーブオイル ではん がいも がらら じゃがいも がらら たかがけんきがいも コロッケ◆ でんぶん ではん ぶん さとう ではん がいがいも さとらしたかがいも でんぶん ではん がいら さとう でんぶん ではん あぶら でんぶん ではん あがら でんぶん ではん あがいち こんにやく おがいも こんにやく	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん はくさが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさが こまつな キャベツ もやし トワタス にんにく チリンぼしだいこん にんじん エリンギ にら たまねぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブピーマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン きゅうり キャベツ
17 18 19 20 23 24 25 26 27	か すい も きん げつ か い く	地場産品献立	ではん しパン◆ ごはん しパン◆ ごはん こパン◆ こがない こがない こがない こがない こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがい	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルーター フルーカげ☆ ゆでかさいたのもつかなーブ※ たかおかげんきコロッケ◆ やさいととりタスのたまごスープ※ いわしのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいのナムル ごもくラーメン しろみざかなのマリネ☆ きゅうりのごまたし★ にらたまスープ※	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかめ◎ みそ ぎゅうにく ベーコン ぎゅうにく ベーコン ぎゅう とりにく たまご※ とうふ ぎゅーコご※ ぎゅわにらなみぞれにコン ぎゅかれにコン ぎゅかれにコン ぎゅうかれにコン ぎゅうへが、 ここ でいるが、 ここ でい	ではん さとう でませ ではん でまか ではん でまから でまいも でんにゃく でまから ロー じゃがいも できない きかぶら しょがいも でんぶん あごら しょくパン◆ あぶら たかがけんき でんぷん ではん ぶん ごまがいも さとう じゃざいはん さいん ではん ぶら さいかけんき でんぷん ではん ぶら さいかけんき でんぷん ではん がいも さいかけんき がいも でんぷん ではん がいち さいかけんき でんぷん ではん がいち さいから できる	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ■ にんじん だいこん りんご パイン もも バナナ にんじん さっかい たまねぎ トマト ねぎ ブロッコリー にんじん はくさい しょうが こまつな キャベツ もやし トレタス にんじん エリンぎ にんじん エリンぎ にんじん エリンぎ きゅうり にんじん にんにく コーン ブローマン にんじん ちゃべつ 大まねぎ トマト にんじん ちゃく コーン ブピーマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ メンマ しょうが にんにく
17 18 19 20 23 24 25 26 27	か すい く きん げつ かい く きん	地場産品献立	ではん しパン◆ ごはん しパン◆ ごはん こパン◆ こがない こがない こがない こがない こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがいる こがい	げんげのからあげ☆ ほうれんそうときのこのごまみそ★ すましじる がんものふくめに くきわかめのきんぴら★◎ ぶたじる とりにくのこうみやき フルストローネ さばのやさい たまごとうふのちゅうかスープ※ たかおいげんきコロッケ◆ ヤマトレのみぞれに☆ きりぼしだいこんのちゅうかいため にくじゃが とうふハンバーグ ガーリックサラダ キーマカレー◆ フライぎょうざ★ やさいカーメン しろみざかなのマリネ☆ きゅうりのごまだれがけ☆★	ぎゅうにゅう◆ げんげ☆ わかめ◎ みそ ぎゅうにゅう◆ がんも ぶたにく くきわかゆう◆ とりにく ベーコン ぎゅうにょう◆ さばご※ きゅーコごがいのう◆ いたにいる がかれにコン だいのう◆ であるぞれにコン だいのう◆ いたにいるがらいのがでした。 でいるがでいるがでいた。 でいるがでいるがでいた。 でいるがでいるがでいた。 でいるがでいるがでいるがでいるがでいる。 でいるがでいるがでいるがでいるがでいるがでいるがでいるがでいるがでいるがでいるが	ではん さとう でまま ★ さとう でまか ではん でまから こんにゃく ごまから ロー じゃがいも ご きかぶら ロッグ がいも でんぷん あごら ひゃがいも しょくパン◆ あぶら たかがげんき でんぷん ごはん ぶら じゃがいも さとんにん ごもがいも さんにん ごもがいも さんにん ごしゃがいも さんにん ごしゃがいも さんにん ごしゃがい はん がいら さんにん がいら さんにん ちがい はん がいら さんにん さいら ではん あぶら さんにん さいがい はん がいら さんにん さいがい はん がいら さんにん さいがい はん がいら ご はん ちがい はん がいら ご はん ちがい はん がいら ご はん ちがい はん さいらら ご はん ちがい さとら ご はん ちがい ご はん ご は	ほうれんそう キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ ねぎ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん だいこん りんご パイン もも パナナ■ にんじん しょうが たまねぎ トマト ねぎ プロッコリー にんじん はくさうが こまつな キャベツ もやし トマト たまねぎ トマト にんじん エリンギ にんじん エリンギ にら が にんじん にんじん エリンド にら が にんじん こまねぎ トマト こまねぎ トマト こまねぎ トマト こまねぎ トマト こまねぎ トマト こまねぎ ローン プピーマン にんじん もやし こまつな キャベツ メンマ しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン きゅうり にんじん にら ふときゅうり

・毎日牛乳 (200ml) が付きます。

・都合により、献立や食材が変更になる場合があります。

<u>★お知らせ★</u>

· 5日(木) <u>6年生</u>連合運動会

10日(火) 3年生校外学習

給食は ありません





◆乳、※たまご、☆魚類、●えび、▼かに、◎かいそう、

**◇いか・たこ・ほたて、△メロン・すいか、■バナナ、★ごま** 

