

日 (曜日)	行事	献立名	からだを作る食べ物		からだの調子を整える食べ物		エネルギーになる食べ物		家庭で 補いたい 食品
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8日 (火)		ごはん あじのこうみフライ こんさいマヨあえ ぶたじる	あじ かまぼこ かつおぶし ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん ねぎ パセリ	ごぼう れんこん たけのこ たまねぎ	こめ むぎ さとう パンこ こむぎこ かたくりこ	あぶら ごま マヨネーズ	淡色野菜 海そう
9日 (水)		ビビンバどんぶり (ごはん にくみそ ビビンバサラダ) はるさめスープ	ぎゅうにく ぶたにく だいず みそ かまぼこ あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ほうれんそう チンゲンサイ	にんにく しょうが ほししいたけ きくらげ	こめ むぎ はるさめ さとう	ごまあぶら ごま	卵 果物
10日 (木)		ごはん タンドリーチキン さやいんげんのサラダ なのはなとまめのスープ	とりにく ツナ ベーコン だいず	ぎゅうにゅう ヨーグルト	さやいんげん こまつな にんじん なのはな	にんにく しょうが きゅうり たまねぎ	こめ むぎ さとう マカロニ ひよこまめ	あぶら ごま	きのこ いも類
11日 (金)	幼・小 1個 中 2個	ごはん あげどうふのやさいあんかけ ちぐさあえ つくねのみそしる	とうふ ハム みそ あぶらあげ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ ピーマン こまつな ほうれんそう	キャベツ たまねぎ れんこん しょうが	こめ むぎ こむぎこ こめこ さとう かたくりこ さといも	あぶら ごま ごまあぶら	魚 乳製品
14日 (月)		ごはん さけのいそベマヨやき (NEW) アーモンドサラダ いもちスープ	さけ みそ だいず	ぎゅうにゅう あおのり	こまつな にんじん チンゲンサイ	キャベツ だいずもやし とうもろこし レモン	こめ むぎ さとう じゃがいも こむぎこ	マヨネーズ アーモンド あぶら	肉 根菜
15日 (火)		ごはん バーベキューソースいため しおこんぶドレッシングサラダ あさりのとうにゅうクリームスープ	ぶたにく かまぼこ あさり ハム とうにゅう	ぎゅうにゅう こんぶ	ピーマン にんじん こまつな	たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう かたくりこ さつまいも	あぶら	小魚 種実類
16日 (水)		ごはん とりにくとたけのこのあげに (NEW) かつおぶしとチーズのあえもの ちくわのみそしる	とりにく かつおぶし ちくわ とうふ みそ	ぎゅうにゅう チーズ	ほうれんそう にんじん ねぎ	たけのこ キャベツ きゅうり たまねぎ	こめ むぎ こむぎこ かたくりこ さとう ふ	あぶら	淡色野菜 きのこ
17日 (木)	食育の日献立	ごはん さばのうめだれかけ なめたけあえ ぐだくさんみそしる	さば あつあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	うめ キャベツ もやし なめたけ	こめ むぎ さとう かたくりこ じゃがいも	ごま	肉 緑黄色野菜
18日 (金)	入学・進級 お祝い献立	えんむすびごはん おはなのハンバーグ なっとうあえ ゆばとなめこのすましじる おいおいデザート	のやき あぶらあげ とりにく みそ とうふ おから ゆば なっとう かつおぶし	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう ねぎ	ごぼう しいたけ たけのこ たまねぎ	こめ むぎ さとう かたくりこ いちごクレープ		卵 種実類
21日 (月)	かめカメ献立	ごはん コロコロトンカツ えごまのたくあんきんぴら こうやどうふのみそ汁	ぶたにく さつまあげ こうやどうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく たくあんづけ たまねぎ	こめ むぎ こむぎこ パンこ さとう	あぶら ごまあぶら えごま	乳製品 果物
22日 (火)		ひきにくカレーライス (ごはん ひきにくカレースープ) オムレツ はるキャベツのサラダ	ぶたにく とりにく たまご ハム	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな	にんにく しょうが たまねぎ りんご	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ さとう はちみつ	あぶら ドレッシング	大豆製品 海そう
23日 (水)		はるやさいのしおだれスパゲッティ ミニあつあげのガーリックソース じゃこサラダ みしょうかん	ぶたにく あつあげ だいず	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	にんじん アスパラガス ほうれんそう	キャベツ たまねぎ たけのこ にんにく	スパゲッティ かたくりこ さとう	オリーブあぶら あぶら ごま	魚 いも類
24日 (木)		パン くらめきなこクリーム じゃがいもチーズやき ひじきのサラダ ミネストローネ	ベーコン ツナ ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう チーズ ひじき	アスパラガス こまつな にんじん トマト	たまねぎ キャベツ しめじ	パン くらめきなこクリーム じゃがいも こむぎこ パンこ		淡色野菜 種実類
25日 (金)		ごはん さわらのしんりょくあげ のりごまあえ さんさいじる	さわら とりにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう のり	こまつな にんじん みずな ねぎ	キャベツ もやし たまねぎ わらび	こめ むぎ こむぎこ さとう	あぶら ごま	卵 乳製品
28日 (月)		ごはん にくだんごのあまずあん きりぼしだいこんのパンバンジーサラダ (NEW) たまごともずくのスープ	とりにく ぶたにく みそ とうふ たまご	ぎゅうにゅう もずく	にんじん ブロッコリー チンゲンサイ	たまねぎ エリンギ きりぼしだいこん キャベツ	こめ むぎ パンこ ビーフン かたくりこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	小魚 いも類
30日 (水)		ごはん かれいのごまだれかけ わふうポテトサラダ しんたまねぎのみそしる	かれい だいず かつおぶし とうふ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが きゅうり たまねぎ えのきたけ	こめ むぎ こむぎこ かたくりこ さとう じゃがいも	あぶら ごま マヨネーズ	海そう 緑黄色野菜

～今月の地元食材(予定)～

☆みそ ☆とうふ ☆あぶらあげ ☆だいず ☆とうにゅう ☆きりぼしだいこん ☆えごま ☆さつまあげ ☆さば ☆かれい ☆ビーフン ☆たけのこ ☆さつまいも ☆キャベツ ☆たまねぎ ☆アスパラガス

牛乳は毎日つきます

学校給食は、みなさんの給食費でまかっています。
毎月の納付をお願いいたします。

ご入園・ご入学・ご進級おめでとうございます！

新学期がスタートしました。給食の時間がみなさんにとって
楽しみのひとつとなるよう、給食センタースタッフ一同、心をこめて
「安心・安全でおいしい給食」をお届けしていきたいと思ひます。
1年間よろしくお願いいたします。

給食センターのキャラクター

かめ吉

だいこんのハナちゃん
(だいこん)

ぴよこたん
(たまご)

塩 コージくん
(しおこうじ)

えごまっぱ
(えごま)

ねぎ丸くん
(しろねぎ)

アスパラキング
(アスパラガス)