

日	曜	こんだてめい 食材等の都合により献立が変わることがあります		食品のはたらき						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) えんぷん(g)	
				おもにエネルギーのもとになる食品 (きいろ)		おもにからだをつくるもとになる食品 (あか)		おもにからだのちようしをととのえるもとになる食品 (みどり)			
8	水	ごはん	牛乳	チキンソースカツ キムチあえ 田舎汁	ごはん パン粉 じゃがいも さとう	あぶら	とりにく あつあげ みそ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん もやし ねぎ	603 24.0 19.2 2.7
9	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス コーンサラダ レモンソーダゼリー	ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	ぶたにく	牛乳	にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ コーン エリンギ にんにく	667 19.0 19.9 2.1
10	金	黒パン	牛乳	いかナゲット(2) チーズサラダ ミネストローネ	パン マカロニ じゃがいも	ドレッシング	いかなゲット ベーコン だいち	牛乳 チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン だいこん セロリ	588 23.7 23.1 2.2
13	月	ごはん	牛乳	しゅうまい(2) 八宝菜	ごはん しゅうまいの皮 かたくりこ	あぶら ごま油 ドレッシング	ぶたにく いか えび うずらの卵 なると	牛乳	にんじん チンゲンサイ	きゅうり もやし キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが しいたけ	606 23.9 19.4 2.2
14	火	ごはん	牛乳	さわらの西京焼き 上州きんぴら 鶏だんごみそ汁	ごはん さとう	あぶら ごま	さわら みそ 鶏だんご さとう さつまあげ	牛乳	にんじん ごまつな	ごぼう こんにやく しいたけ だこん ねぎ	609 29.0 19.2 2.2
15	水	パーカーハウス	牛乳	若鶏のトマトソースかけ キャベツのマリネ コーンクリームスープ	パン じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	とりにく ベーコン	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン にんにく	656 28.1 27.0 2.7
16	木	ごはん	牛乳	鮭とチーズのソフトカツ キムタクごはんの具 豆乳みそスープ	ごはん パン粉	あぶら ごま ごま油	さけ とうふ ぶたにく ミートボール 豆乳 みそ	牛乳 チーズ	にんじん チンゲンサイ	はくさい たくあん ねぎ キャベツ だいこん にんにく	661 24.2 24.6 2.8
17	金	ごはん	牛乳	みそだれ焼肉 春雨サラダ いか団子入りわかめスープ	ごはん さとう はくさい かたくりこ	ごま あぶら ごま油	ぶたにく いか団子	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ パプリカ ピーマン	たけのこ たまねぎ ねぎ きゅうり もやし キャベツ しいたけ にんにく しょうが	586 26.2 16.4 2.4
20	月	菜飯	牛乳	花型ハンバーグ和風ソースかけ キャベツのあさづけ すまし汁 お祝いゼリー	ごはん さとう かたくりこ ゼリー	ごま	ハンバーグ とうふ とりにく かまぼこ	牛乳	にんじん みずな	キャベツ きゅうり だいこん ねぎ えのきたけ しいたけ	584 24.4 15.5 2.9
21	火	メロンパン	牛乳	ハムチーズピカタ ツナサラダ スパゲッティミートソース	パン スパゲッティ さとう	あぶら	ハム たまご ツナ ぶたにく	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン	キャベツ きゅうり たまねぎ エリンギ にんにく	741 27.4 25.8 2.7
22	水	麦ごはん	牛乳	ポークカレー こんにやくサラダ ヨーグルト	麦ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	ぶたにく	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ にんにく しょうが こんにやく	670 21.7 19.3 2.5
23	木	ラーメン	牛乳	焼きぎょうざ(2) うま塩サラダ とんこつラーメンスープ りんごタルト	ラーメン ぎょうざの皮 タルト かたくりこ	あぶら ドレッシング	ぶたにく なると	牛乳	にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ ねぎ にんにく	610 25.4 17.0 3.9
24	金	ごはん	牛乳	若鶏のからあげ(2) 昆布づけ 高野豆腐のみそ汁	ごはん かたくりこ	あぶら	とりにく 高野豆腐 油あげ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん ごまつな	キャベツ きゅうり だいこん ねぎ しょうが	646 27.8 25.2 2.8
27	月	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 海藻サラダ 豚肉と野菜のしょうが煮	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	さば みそ ぶたにく	牛乳 海藻	にんじん	きゅうり たまねぎ もやし こんにやく ごぼう しょうが	601 27.1 15.9 2.2
28	火	青割り コッペパン	牛乳	フランクフルトケチャップソースかけ ジャーマンポテト 野菜スープ オレンジ	パン じゃがいも さとう	あぶら	フランクフルト ミートボール ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ だいこん キャベツ セロリ コーン オレンジ	628 24.9 24.2 3.5
30	木	ごはん	牛乳	春巻 切り干し大根のあえもの 麻婆豆腐	ごはん 春巻の皮 さとう かたくりこ	あぶら ごま油 ドレッシング	ぶたにく だいち とうふ みそ	牛乳	にんじん にら	きゅうり もやし 切り干し大根 ねぎ たまねぎ にんにく しょうが しいたけ	701 2.2 27.3 2.6
月平均栄養量										635 24.9 21.2 2.7	

ご入学・ご進級おめでとうございます

新学期、あたらしい先生やともだちとの学校生活が始まります。
すききらいなく食べて、元気に生活しましょう。



学校給食では、地場産物の使用を積極的にすすめています。

行事食～入学・進級祝い～

菜飯 牛乳
花型ハンバーグ和風ソースかけ
キャベツのあさづけ すまし汁
お祝いゼリー

★ 1年生簡易こんだて ★

8日(水) ココアパン
牛乳 型ぬきチーズ
9日(木) ツイストロール
牛乳 グレープゼリー

＜地場産物の紹介＞

・ごまつな、きゅうり、キャベツ、ねぎは前橋産を使用する予定です。
・お米はすべて前橋産です。

* () の数字はもりつけ数です