

## れいわ 6ねん 2がつ こんだてだより



ふくいしほくぶがっこうきゅうしょくセンター

	1		マリ	ار ر	ナン		Γ		はくふかっこうきゅうしょく 	エネルギー
ひにち ようび	こんだてめい	アレルゲン (5品目・大豆)				,		ざいりょうのなまえとはたらき		
		小麦	<b>6</b> 19 9	発 乳 花 生	そば	大豆	あか おもに体をつくるもとになる食品	みどり おもに体の調子を整えるもとになる食品	き おもにエネルギーのもとになる後路	たんぱくしつ (g)
	<b>☆</b> てつたっぷりきゅうし。	ŧζ	•	t.	つら	ぶん	,きゅうしょく✿	•		
	<b>①ごはん</b>				<u> </u>	<u> </u>	<b>②いわし</b>	②ばいにく	<b>①ごはん</b>	
18	②いわしのばいにくに 	<u>  </u>	_ _	_	1	<u> </u>	③かつおぶし	③こまつな キャベツ	②さとう でんぷん	631
(木)	③おかかいため 	<u> </u>  .	_		<u> </u>	ļ	<b>④とうふ</b>	③④にんじん	③ごまあぶら	30. I
	<b>④とうふのすましじる</b>	<b>.</b>   .	-		<u> </u>	0	0,	④たまねぎ ねぎ		
-	⑤せつぶんまめ	- <b> </b> - -		5	<u> </u>	0	<b>⑥ぎゅうにゅう</b>			
	⑥ぎゅうにゅう ①ごはん	++		_	+	-	② <b>あ</b> じ	③ごぼう	<b>①ごはん</b>	
2日 (金)	②あじのしおやき	<del>-</del>   -			+	<del> </del>	②めし ③さつまあげ	こんにゃく いんげん	② <b>③あ</b> ぶら	603
	③じゃがいものカレーきんぴら	0			+	0	<b>④ぶたにく みそ</b>	<u> </u>	③じゃがいも さとう ごま	27.4
	<b>④ぶたじる</b>	1			+	0	-	④しょうが はくさい ねぎ		
			(	5	†	<b>†</b>		だいこん		
5日 (月)	①おおむぎココアあげパン★	0	(	2		0	①だっしふんにゅう	23たまねぎ	①パン あぶら	
	②ミートボール	0				0	②ぶたにく とりにく	③だいこん	ココア みずあめ おちらし	595
	③ジュリアンスープ						<b>③ベーコン</b>	にんじん しめじ パセリ	①②さとう	21.5
	④ぎゅうにゅう	Ш	(	)			④ぎゅうにゅう		②ぶたあぶら パンこ でんぷん	
. –	①ごはん ②エーサン・セーブ	<b></b>	_ _		4	<u> -</u>	②たまご	③えだまめ ほししいたけ	①ごはん ②ギンボキ ※	/
6日	②あつやきたまご ③こんぶのいために		0		<del>-</del>		③こんぶ あぶらあげ ④とりにく	③④にんじん	②だいずあぶら ②④でんぷん ②③④さとう	693
(火)	③さんぶのいために ④さといものそぼろに				+	0	④とりにく ⑤ぎゅうにゅう	④しょうが <u>こんにゃく</u> たまねぎ いんげん	②③④さとう ③ごまあぶら	27.2
	<b>④さといものではろに</b> ⑤ぎゅうにゅう	<del>  </del> -		5	+	<del> </del>	シェザノにザリ	reade vinith	③Cまめいら ③④あぶら ④さといも	
	☆ふるさとのひきゅうし	노			1	1	<u> </u>	1		<del>                                     </del>
	ソースかつどん★「ふくいっ子アイディ				7	T	②とりにく	③れんこん ピーマン	<b>①ごはん</b>	
7日	「①ごはん コンテ	-			ı	<b>†</b>	<b>③ぶたにく</b>	③④にんじん	②でんぷん こめこ さとう	675
(水)	②ソースカツ 優秀賞献立より					0	<b>④ベーコン</b>	④にんにく たまねぎ	<b>②③④あぶら</b>	23. I
( <u>*</u> )	③れんこんソテー	<u> </u>	_	_	1		⑤ぎゅうにゅう	こしのルビー キャベツ	②④じゃがいも	
A CANADA	④おおむぎのミネストローネ	<u> </u>  .			ļ	ļ			<b>④おしむぎ</b>	
<b>*</b>	⑤ぎゅうにゅう		(	)			(a)			
	①ごはん ②とりにくのさっぱりに				<del> </del>	<b> </b>	②とりにく ③ひじき あぶらあげ	②④しょうが ②にんにく	①ごはん ②③⑤さとう	
8日	②とりにくのさっはりに ③ひじきのいために	- <del>  </del> -			<u>-</u>	0		③ <u>こんにゃく</u> いんげん ③④にんじん	②30でとり ④じゃがいも	649
(木)	<b>④いしかりじる</b>	<del>-</del>   -			+	0	O C ., ., .	④ねぎ はくさい だいこん	<b>⑤でんぷん</b>	34.2
(//-/	<b>⑤あじつけにぼし</b>	-			+	ļ <u> </u>	⑥ぎゅうにゅう	9446 14 (6) 760 678		34.2
	<b>⑥ぎゅうにゅう</b>	<u> </u> -	(	5	+	<del> </del>				
	✿ほくりくしんかんせん	ウコ	디	レカ	۵				·	
	①キムたくごはん	0				0	<b>①ぶたにく</b>	①キムチ▲ たくあん	①ごはん ごまあぶら	
9日	②やきさば 	<u>  </u>	_ _	_	1	<u> </u>	②さば	③こまつな もやし	<b>①②あぶら</b>	727
(金)	③こまつなのにびたし	<b></b>			ļ	ļ	④だいずこ みそ	③④にんじん	⑤ホイップクリーム さとう	30.4
	④ごのみそしる	- <b> </b> - -	-		<b>.</b>	0	<b>⑥ぎゅうにゅう</b>	<ul><li>④かぶ たまねぎ えのき ねぎ</li><li>⑤いちご</li></ul>	もちごめ でんぷん みずあめ	
	⑤しんかんせんいちごクリームだいふく ⑥ぎゅうにゅう			2	+	0		31.2	乳アレルギーの人には、	
	(S) (A)		`	_				新幹線等	クリーム大福の代替で羽二重餅がつきます。	1
I 2日 (月)							ふりかえき	ゅうじつ		
	<b>①ごはん</b>	Щ	Ţ	Ţ.	Γ		②ちくわ あおのり	③ごぼう <u>こんにゃく</u>	①ごはん	
13日	②ちくわのいそべあげ	0	-		4	0	③ぶたにく くきわかめ		@こむぎこ	652
(火)	③かわりきんぴら のかオバス	<del>  </del> -			<del>-</del>	_	④とうふ みそ ⑤ぎゅうにゅう	③④にんじん のだいこく わぎ	23 <i>あ</i> ぶら	25.6
	<ul><li>④かすじる</li><li>⑤ぎゅうにゅう</li></ul>	<del> </del>  -	-	<u>.</u>	+	1	⑤ぎゅうにゅう	④だいこん ねぎ	③ごま さとう ④さけかす	
	①ごはん	$\forall$	+	_	+	H	②とりにく	②なつみかん いよかん	①ごはん	1
14日	②とりにくのマーマレードやき	╁╌┼			+	<del> </del>	<b>④ベーコン</b>	ゆずかじゅう	②あぶら でんぷん	697
(水)	③マッシュポテト	11-			†	<del> </del>	⑤ぎゅうにゅう	④かぶ にんじん れんこん	さとう みずあめ	24.9
(-1-)	④ふゆやさいのスープ	1	-	-†	†	†	1	たまねぎ	③じゃがいも	
		[ ]	-	)	]_	Ī				L
	<b>①ごはん</b>				L		②ぶたにく	② <u>こんにゃく</u> しょうが	①ごはん	
15日	②ぶたにくのうめしゅに	<b> </b>  .	_		<u> </u>	<u> </u>	③ベーコン	にんにく うめピューレ	②さとう でんぷん	675
(木)	③こまつなとベーコンのソテー	<b> </b>  .	_ _		<u> </u>	<u> </u>	<b>④あつあげ みそ</b>	③こまつな とうもろこし	あぶら	27.4
	<b>④みそしる</b>	<b>  </b> -	_ _	_ _	<b>.</b>	0	<b>⑤ぎゅうにゅう</b>	④だいこん たまねぎ		
	⑤ぎゅうにゅう ①かぎごけん	${+}{+}$		)	1	$\vdash$	@v 11:11	しめじ にんじん ねぎ	<b>↑ブナノ かざ</b>	-
160	①むぎごはん ②カレーシチュー	0			+		②とりにく ③ベーコン	②たまねぎ しょうが にんにく ②③にんじん	①ごはん むき ②じゃがいも カレールウ	710
I 6日 (金)	②ガレーシテュー ③やさいソテー	H			+		③ペーコン ⑤ぎゅうにゅう	②まれてい ③キャベツ ピーマン	23axs	23.4
	<ul><li>④ マン・ファー</li><li>④ フルーツミックス</li></ul>	╁╌┼			+	<del> </del>	SC47647	<ul><li>④ギャベン しーマン</li><li>④おうとう(かん) みかん(かん)</li></ul>		
	<b>⑤ぎゅうにゅう</b>	††	-	5	†-	<del> </del>		パイン(かん)		
	1				_	1_		1	1	

<u>ドレッシング等の成分</u> 【 】はアレルゲンです。

▲キムチ・・・白菜・大根・唐辛子・にんにく・人参・長ねぎ・生姜・塩・砂糖・昆布・酵母エキス

ひにち ようび	こんだてめい	(!	アレ/ 5 品目			ざいりょうのなまえとはたらき			エネルギー
					そ大ば豆	あか みどり	**	(kc a l ) たんぱくしつ	
		小麦	卵乳	在生	ぱ 豆	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	(g)
19日(月)	<b>①</b> コッペパン	0	0		С	②とりにく	②ピーマン	<b>①パン</b>	
	②とりにくのトマトに	T-T			T	③ウインナー チーズ	にんにく トマト	②さとう	649
	③こめこのクリームシチュー	T-T	0		О	35ぎゅうにゅう	23たまねぎ	<b>②④あぶら</b>	28.5
	④もやしとにんじんのソテー	T-T			T	1	③④にんじん	③じゃがいも バター	
	<b>⑤ぎゅうにゅう</b>	1 1	0		<b>-</b>	Ī	④もやし とうもろこし	こめこ なまクリーム	
	☆はッピーきゅうしょく	\$					•		
20日 (火)	①ごはん	T-T			T	②さかなすりみ	②とうもろこし	<b>①ごはん</b>	
	②コーンしゅうまい	0			О	<b>②③とうふ</b>	23たまねぎ	②ぶたあぶら パンこ こむぎこ	677
	③マーボーどうふ★	T-T			О	③ぶたにく みそ	③しょうが にんにく ねぎ	③あぶら ②③でんぷん	25.4
	④わかめとだいこんのちゅうかあえ	T-T			T	<b>④わかめ</b>	③④にんじん	<b>②③④さとう</b>	
	⑤ぎゅうにゅう	T-T	0		T	⑤ぎゅうにゅう	④だいこん きゅうり	④ごま ごまあぶら	
2   日	①ごはん	$\prod$				②ぶたにく とりにく	<b>②たまねぎ</b>	<b>①ごはん</b>	
	②ハンバーグデミグラスソースかけ	0			С	③あつあげ さつまあげ	③きりぼしだいこん	②だいずあぶら ぶたあぶら	717
(水)	③きりぼしだいこんのにもの	0			О	④しらすぼし かんてん	にんじん いんげん	でんぷん あぶら	27.2
	<b>④こざかなつくだに</b>	TT				⑤ぎゅうにゅう		②③じゃがいも	
	<b>⑤ぎゅうにゅう</b>		0					②③④さとう ④みずあめ	
	①ごはん					②ぶたにく	②いんげん	<b>①ごはん</b>	
22日 (木)	②ぶたにくのやさいまきフライ	0				④とうふ	③キャベツ とうもろこし	②こむぎこ パンこ	642
	③キャベツとコーンのいためもの					⑤ぎゅうにゅう	ピーマン	<b>23</b> あぶら	23.7
(不)							②③④にんじん		
(本)	④すましじる				ľ		E @ - 1		
	<ul><li>④すましじる</li><li>⑤ぎゅうにゅう</li></ul>		0				④たまねぎ ねぎ		
23日(金)	<b>⑤ぎゅうにゅう</b>	<u></u>	0			てんのうたん	④たまねぎ ねぎ じょうび		
23日	⑤ぎゅうにゅう ホットドック					②ぶたにく	<ul><li>④たまねぎ ねぎ</li><li>じょうび</li><li>③キャベツ</li></ul>	①パン ②では ごね	
23日(金)	⑤ぎゅうにゅう ホットドック 「①コッペパン	0	0		0	②ぶたにく ④とりにく	<ul><li>④たまねぎ ねぎ</li><li>じようび</li><li>③キャベツ</li><li>③④にんじん</li></ul>	<b>②</b> でんぷん	502
23日(金)	⑤ぎゅうにゅう ホットドック 「①コッペパン ②ウインナー	0			c	②ぶたにく	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ</li> </ul>	②でんぷん ②③あぶら さとう	592
23日(金)	⑤ぎゅうにゅう ホットドック 「①コッペパン ②ウインナー - ③キャベツいため	0			O	②ぶたにく ④とりにく	<ul><li>④たまねぎ ねぎ</li><li>じようび</li><li>③キャベツ</li><li>③④にんじん</li></ul>	<b>②</b> でんぷん	592 25.0
23日(金)	⑤ぎゅうにゅう ホットドック ①コッペパン ②ウインナー  ③キャベツいため ④スープに	0	0		0	②ぶたにく ④とりにく	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ</li> </ul>	②でんぷん ②③あぶら さとう	
23日(金)	<ul><li>⑤ぎゅうにゅう</li><li>ホットドック</li><li>①コッペパン</li><li>②ウインナー</li><li>③キャベツいため</li><li>④スープに</li><li>⑤ぎゅうにゅう</li></ul>	0			c	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも	
23日(金)	⑤ぎゅうにゅう ホットドック ①コッペパン ②ウインナー ○③キャベツいため ④スープに ⑤ぎゅうにゅう ①ゆかりごはん	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>⊕だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん	25.0
23日(金) 26日(月)	歩ットドック 「①コッペパン ②ウインナー 「③キャベツいため ④スープに 「⑤ぎゅうにゅう 「①ゆかりごはん ②とりにくのからあげ★	0	0		C	<ul><li>②ぶたにく</li><li>④とりにく</li><li>⑤ぎゅうにゅう</li><li>②とりにく</li><li>④あつあげ うちまめ</li></ul>	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこし</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん	25. 0 680
23日(金)	歩ットドック	0	0			②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこし にら</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん	25.0
23日(金) 26日(月)	歩ットドック	0	0			<ul><li>②ぶたにく</li><li>④とりにく</li><li>⑤ぎゅうにゅう</li><li>②とりにく</li><li>④あつあげ うちまめ</li></ul>	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこし</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん	25. 0 680
23日(金) 26日(月)	歩ットドック	0	0			<ul> <li>②ぶたにく</li> <li>④とりにく</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>②とりにく</li> <li>④あつあげ うちまめ みそ</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> </ul>	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこし にら</li> <li>④ねぎ にんじん たまねぎ</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら	25. 0 680
23日(金) 26日(月)	歩ットドック	0	0			②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎいんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにらん</li> <li>⊕ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	歩ットドック	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎいんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにら</li> <li>⊕ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> <li>④かぶ はくさい にんじん</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月)	歩ットドック	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎいんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにらん</li> <li>⊕ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	歩ットドック	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎいんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにら</li> <li>⊕ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> <li>④かぶ はくさい にんじん</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	歩ットドック	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎいんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやしとうもろこしにらぬぎにんじん たまねぎにんじん たまねぎにんじん たまねぎしめじ</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら ①ごはん ②でんぷん あぶら さとう ③ごま ごまあぶら	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	あずりにゅう ホットドック ①コッペパン ②ウインナー ③キャベツいため ④スープに ⑤ぎゅうにゅう ①ゆかりごはん ②とりにくのからあげ★ ③もやしのソテー ④うちまめじる ⑤ぎゅうにゅう ①ごはん ②しいらのコロコロあげ ③おあえ ④かぶのスープ ⑤ぎゅうにゅう ビビンパ★	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにら</li> <li>④ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> <li>④かぶ はくさい にんじん たまねぎ しめじ</li> <li>②としょうが にんにく</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん ③③あぶら  ①ごはん ②でんぷん あぶら さとう ③ごま ごまあぶら	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	<ul> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ホットドック</li> <li>①コッペパン</li> <li>②ウインナー</li> <li>③キャベツいため</li> <li>④スープに</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ゆかりごはん</li> <li>②とりにくのからあげ★</li> <li>③もやしのソテー</li> <li>④うちまめじる</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ごはん</li> <li>②しいらのコロコロあげ</li> <li>③おあえ</li> <li>④かぶのスープ</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ピビンバ★</li> <li>①ごはん</li> </ul>	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン ⑤ぎゅうにゅう ②ぶたにく ④ベーコン わかめ	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにら</li> <li>④ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> <li>④かぶ はくさい にんじん たまねぎ しめじ</li> <li>②とようが にんにく</li> <li>③もやし ほうれんそう</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん ③ごま ごまあぶら  ①ごはん ②がんぷん あぶら さとう ③ごま ごまあぶら	25. 0 680 27. 5
23日(金) 26日(月) 27日(火)	<ul> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ホットドック</li> <li>①コッペパン</li> <li>②ウインナー</li> <li>③キャベツいため</li> <li>④スープに</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ゆかりごはん</li> <li>②とりにくのからあげ★</li> <li>③もやしのソテー</li> <li>④うちまめじる</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ごはん</li> <li>②しいらのコロコロあげ</li> <li>③おあえ</li> <li>④かぶのスープ</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ピビンバ★</li> <li>①ごはん</li> <li>②にくいため</li> </ul>	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこし にら (金)ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは (金)かぶ はくさい にんじん たまねぎ しめじ</li> <li>②とようが にんにく (③もやし ほうれんそう (③もにんじん)</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん あぶら さとう ③ごま ごまあぶら  ①ごはん ②あぶら	25. 0 680 27. 5 667 27. 2
23日(金) 26日(月) 27日(火)	<ul> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ホットドック</li> <li>①コッペパン</li> <li>②ウインナー</li> <li>③キャベツいため</li> <li>④スープに</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ゆかりごはん</li> <li>②とりにくのからあげ★</li> <li>③もやしのソテー</li> <li>④うちまめじる</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>①ごはん</li> <li>②しいらのコロコロあげ</li> <li>③おあえ</li> <li>④かぶのスープ</li> <li>⑤ぎゅうにゅう</li> <li>ピビンバ★</li> <li>①ごはん</li> </ul>	0	0		C	②ぶたにく ④とりにく ⑤ぎゅうにゅう ②とりにく ④あつあげ うちまめ みそ ⑤ぎゅうにゅう ②しいら ③みそ ④ベーコン ⑤ぎゅうにゅう ②ぶたにく ④ベーコン わかめ ⑤ぎゅうにゅう	<ul> <li>④たまねぎ ねぎ</li> <li>じようび</li> <li>③キャベツ</li> <li>③④にんじん</li> <li>④だいこん たまねぎ いんげん</li> <li>①しそ</li> <li>③もやし とうもろこしにら</li> <li>④ねぎ にんじん たまねぎ</li> <li>③だいこんのは</li> <li>④かぶ はくさい にんじん たまねぎ しめじ</li> <li>②とようが にんにく</li> <li>③もやし ほうれんそう</li> </ul>	②でんぶん ②③あぶら さとう ④じゃがいも  ①ごはん ②でんぷん ②③あぶら  ①ごはん ②でんぷん ③ごま ごまあぶら  ①ごはん ②がんぷん あぶら さとう ③ごま ごまあぶら	25. 0 680 27. 5

★は6年生のリクエスト給食です。



- ■物資の都合により献立を変更する場合があります。
- \_\_\_\_\_ はその他の食べ物です。
- ■ごま油・大豆油を除き、植物油は「あぶら」と表記しています。
- ■「しょうゆ」由来のアレルゲン(小麦・大豆)は表示しません。
- ■練り製品には、調味料の中に小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチンの成分が 含まれている場合があります。
- ■「にぼし」は、えび、かにが混ざる漁法で採取しています。
- ■コッペパンに使われているショートニングには、レシチン (大豆由来) が 含まれています。
- ■加工品の工場コンタミは載せませんので、詳しい内容を知りたい方は、 学校へ加工品の成分表をご希望ください。