



令和2年1月 学校給食予定献立表（小学校）

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
10	金	パン ぎゅうにゅう ハムステーキ ゆでやさいサラダ(ドレッシング) コーンポタージュ	パン ジャがいも あぶら こめこ	ぎゅうにゅう ハム とりにく	ブロッコリー キャベツ だいこん コーン たまねぎ にんじん パセリ	669 24.8
14	火	★行事食【正月】★ ごはん ぎゅうにゅう ◆くろまめのごもくに こうはくなます ぐそうに みかん	ごはん さとう ごま もち	ぎゅうにゅう くろまめ ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ	にんじん ごぼう さやいんげん かぶ きんときんにんじん れんこん はくさい だいこん ほししいたけ ねぎ みかん こんにゃく みすな	678 23.5
15	水	パン ぎゅうにゅう いちごジャム さけのマスタードやき ほうれんそうとコーンのソテー キャベツのスープに	パン マヨネーズ さとう あぶら ジャがいも ジャム	ぎゅうにゅう さけ ポークハム ベーコン	ほうれんそう コーン チンゲンサイ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん	628 31.2
16	木	ふゆやさいかレー ぎゅうにゅう ウインナーのソテー ◆いとかんでんサラダ	ごはん ジャがいも あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム かんでん ミニウインナー	かぶ カリフラワー たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが あおピーマン しめじ キャベツ もやし コーン あかピーマン	689 25.1
17	金	こくとうパン ぎゅうにゅう ◆わかさぎのからあげ ◆れんこんのマヨネーズあえ はくさいとベーコンのスープ	くろざとう パン でんぷん ごま マヨネーズ ジャがいも あぶら	ぎゅうにゅう わかさぎ チキンハム ベーコン	しょうが れんこん キャベツ にんじん はくさい たまねぎ チンゲンサイ なまししいたけ	631 24.3
20	月	ごはん ぎゅうにゅう つくねのおろしに はくさいのおひたし かすじる	ごはん さとう さといも さけかす	ぎゅうにゅう かつおぶし ぶたにく ちくわ しろみそ あぶらあげ とりにく	だいこん なめこ はくさい ほうれんそう にんじん かぶ こんにゃく れんこん ごぼう ねぎ	641 23.0
21	火	ごはん ぎゅうにゅう さといものみそマヨネーズやき ◆きんぴらごぼう すましじる	ごはん さといも あぶら マヨネーズ さとう ごま ごまあぶら ぶ	ぎゅうにゅう とりにく みそ とうぶ かまぼこ わかめ さつまあげ	こんにゃく あかピーマン パセリ ごぼう さやいんげん にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ	660 22.9
22	水	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ◆きりほしだいこんとベーコンのソテー クリームシチュー	パン さとう あぶら ジャがいも こめこ パター	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン とりにく	きりほしだいこん こまつな にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ さやいんげん	702 30.9
23	木	★学校給食で世界旅行【日本】★ ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに こまつなのツナあえ むさしじる	ごはん さとう でんぷん ごま そうめんばち さといも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく みそ ツナ	さやいんげん こまつな はくさい にんじん だいこん ごぼう ねぎ	658 24.4
24	金	★学校給食で世界旅行【フランス】★ パン ぎゅうにゅう ◆いかのエスカパッシュ マセドアンサラダ ポトフ	パン でんぷん あぶら さとう ジャがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう いか とりにく ポークウインナー チキンハム	たまねぎ あかピーマン パセリ きゅうり かぶ にんじん しめじ キャベツ	653 27.7
27	月	★学校給食で世界旅行【スペイン】★ パン ぎゅうにゅう チリンドロン キャベツのサラダ ソバ・デ・アホ	パン あぶら マヨネーズ オリーブあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ひよこまめ ベーコン たまご ツナ	たまねぎ にんにく トマト キャベツ にんじん コーン マッシュルーム パセリ あおピーマン	655 29.1
28	火	★学校給食で世界旅行【メキシコ】★ ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのサルサ かぼちゃとまめのサラダ(ドレッシング) カルド・デ・ポジョ	ごはん でんぷん あぶら ジャがいも	ぎゅうにゅう ポークハム とりにく いんげんまめ ホキ	トマト たまねぎ にんにく レモン かぼちゃ きゅうり にんじん パセリ キャベツ	666 26.5
29	水	★学校給食で世界旅行【イタリア】★ ミニミニコッペパン ぎゅうにゅう パスタのポロネーゼ とりにくのバルサミコソース バーニャカウダふう	パン オリーブあぶら ペンネ あぶら パター さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく アンチョビ	カリフラワー だいこん ブロッコリー あかピーマン にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん トマト	655 28.8
30	木	★学校給食で世界旅行【日本】★ ごはん ぎゅうにゅう さばのしょうがに はくさいとほうれんそうのごまあえ とうふとだいこんのみそしる	ごはん さとう ごま	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ みそ	しょうが はくさい ほうれんそう だいこん たまねぎ にんじん こまつな ねぎ	654 27.7
31	金	パン ぎゅうにゅう たまねぎコロッケ ◆きりほしだいこんのソースいため チンゲンサイのスープ	パン あぶら さとう こむぎこ パンこ ジャがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ ぎゅうにゅう	きりほしだいこん キャベツ にんじん ねぎ はくさい ほししいたけ チンゲンサイ しょうが たまねぎ	651 22.7

なべきゅうしょく じっしちゅう

鍋給食実施中!

今年度も12月から小学5年生を対象に「鍋給食」を実施しています。

太子町産の野菜を使った寄せ鍋です。1月は右海小学校、2月は太田小学校で実施する予定です。お楽しみに♪

