



平成31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) たんぱく質 (g)
10	木	だいこんカレー ぎゅうにゅう ウィンナーのケチャップいため キャベツとハムのごまあえ みかん	ごはん こむぎこ あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく ポークウィンナー ポークハム	だいこん たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん しょうが にんにく もやし あおピーマン キャベツ チンゲンサイ みかん	689 23.8
11	金	パン ぎゅうにゅう パンネのチーズやき おんやさいサラダ (ドレッシング) かぶのスープ	パン ペンネ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ベーコン	たまねぎ マッシュルーム パセリ ブロッコリー コーン あかピーマン かぶ にんじん しめじ パセリ	664 27.1
15	火	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに ほうれんそうとたまごのあえもの ぶたじる ◆さつまいもスティック	ごはん じゃがいも さとう でんぶん あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ たまご ぶたにく とうふ みそ	しょうが たまねぎ さやいんげん ほうれんそう キャベツ もやし こんにゃく にんじん ごぼう ねぎ	652 24.3
16	水	こくとうパン ぎゅうにゅう しろみざかなのいそべあげ ◆きりほしだいこんとベーコンのソテー わかめスープ	こくとう パン こむぎこ あぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう ホキ あおのり ベーコン とうふ とりにく わかめ	きりほしだいこん にんじん こまつな にんにく たまねぎ はくさい ねぎ	601 28.2
17	木	★日本の煮物めぐり〜こうち〜★ ごはん ぎゅうにゅう ◆かつおのごまみそあえ はくさいのあますあえ ぐるに	ごはん でんぶん あぶら ごま さとう さといも	ぎゅうにゅう かつお あかみそ チキンハム とりにく あつあげ	しょうが はくさい にんじん ゆず だいこん こんにゃく さやいんげん	692 29.1
18	金	パン ぎゅうにゅう とりにくのさっぱりに (2こ) さんしょくごまあえ コーンポタージュ	パン さとう ごま じゃがいも あぶら こめこ	ぎゅうにゅう とりにく	にんにく しょうが こまつな はくさい にんじん コーン パセリ	654 33.4
21	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのゆずかあげ (2こ) はくさいのおひたし むさしじる	ごはん でんぶん あぶら さとう ばち さといも	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし みそ	ゆず こまつな はくさい にんじん だいこん なましいたけ ねぎ	650 26.9
22	火	ごはん ぎゅうにゅう ◆やきししゃも (2こ) ほうれんそうのごまあえ すきやきふうに	ごはん ごま さとう あぶら ぶ	ぎゅうにゅう こもちししゃも ぶたにく やきとうふ	ほうれんそう もやし にんじん ねぎ はくさい えのきたけ ごぼう いとこんにゃく	627 28.3
23	水	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ チーズポテト キャベツのスープに	パン でんぶん さとう じゃがいも パター	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チーズ ベーコン	パセリ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん	654 27.8
24	木	★行事食【正月】★ ごはん ぎゅうにゅう ぶりのまつかぜやき こうはくなます ぐそうに	ごはん さとう ごま でんぶん もち	ぎゅうにゅう ぶり あぶらあげ とりにく かまぼこ	だいこん きんときになんじん れんこん はくさい かぶ にんじん ごぼう なましいたけ ねぎ	673 26.4
25	金	パン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースに だいこんとこまつなのサラダ (ドレッシング) はくさいのとうにゅうクリームに	パン マーメイド あぶら じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン とうにゅう	たまねぎ にんにく みかん だいこん こまつな にんじん はくさい ほうれんそう しめじ	616 28.5
28	月	パン ぎゅうにゅう あわじたまねぎコロッケ ◆れんこんのマヨネーズあえ ミネストローネ	パン じゃがいも こむぎこ パンこ ごま あぶら マヨネーズ マカロニ さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チキンハム ベーコン だいす	たまねぎ れんこん キャベツ にんじん チンゲンサイ トマト	696 22.8
29	火	★行事食【七草】★ ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに もやしとハムのごまあえ ななくさじる ほんかん	ごはん さとう ごま	ぎゅうにゅう さば あかみそ チキンハム とりにく あぶらあげ	もやし にんじん だいこん かぶ こまつな みすな ほうれんそう なましいたけ ねぎ ほんかん	663 27.6
30	水	パン ぎゅうにゅう ◆イカリングフライ (2こ) カリフラワーのカレーサラダ はくさいとベーコンのスープ ブルーベリージャム	パン こむぎこ パンこ あぶら マヨネーズ じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう いか ツナ ベーコン	カリフラワー ブロッコリー キャベツ はくさい たまねぎ にんじん なましいたけ チンゲンサイ	626 25.5
31	木	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに ◆はくさいのじゃこあえ かすじる	ごはん さとう でんぶん さといも	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく しらすほし ぶたにく ちくわ あぶらあげ しろみそ	さやいんげん はくさい ほうれんそう もやし だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	642 26.4

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月は太田小学校、2月
は斑鳩小学校で実施する予定です。お楽しみに♪

