



ひづけ	こんだて		おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	食もつ アレルギー
			＜きいろのなかま＞	＜あかのなかま＞	＜みどりのなかま＞		
			おもにエネルギーのもとになる食品	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		
2 (月)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		687 19.9	
	なつやさいカレー	むぎいりごはん ルウ	こめ・むぎ じゃがいも		なす・かぼちゃ・たまねぎ・にんじん トマト・グリーンピース・しょうが にんにく		こなチーズ スキムミルク トマト
	ふくじんづけ		さとう・ごま		だいこん・きゅうり・なたまめ・なす れんこん・しそのみ・しょうが		きゅうり
	フルーツポンチ		さとう	とうにゅう	みかん・もも・パイナップル・ももかじゅう りんごかじゅう・ぶどうかじゅう		とうにゅう・もも ももかじゅう りんごかじゅう
3 (火)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		643 28.8	
	おやこどん	むぎいりごはん く	こめ・むぎ さとう		たまねぎ・にんじん・ほししいたけ グリーンピース		たまご
	みそしる			とうふ・あぶらあげ・みそ	こまつな・えのきたけ		とうふ
	ミルクプリン		さとう	ぎゅうにゅう・スキムミルク			ぎゅうにゅう スキムミルク
<p>二色（にしき）ポテトは、三島馬鈴薯とレッドムーンという2種類のじゃが芋を使用します。レッドムーンは、皮が赤く実が黄色で、さつまいものような色味が特徴です。</p>							
4 (水)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		613 21.9	
	むぎいりごはん		こめ・むぎ				
	ハンバーグの きのこソースがけ	ハンバーグ きのこソース	さとう	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・にんにく・しょうが しめじ・エリンギ・マッシュルーム トマトピューレ		トマト
	にしきポテト やさしいスープ		じゃがいも				
5 (木)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		595 20.7	
	むぎいりごはん		こめ・むぎ				
	あげだしとうふの やさしいあんかけ	あげだしとうふ やさしいあんかけ	でんぶん・あぶら あぶら・でんぶん	とうふ	たまねぎ・たけのこ・えのきたけ にんじん・さやいんげん		とうふ
	かきたまみそしる			たまご・わかめ・みそ	キャベツ・はねぎ		たまご
	れいとうみかん				みかん		
6 (金)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		657 22.2	
	むぎいりごはん		こめ・むぎ				
	ししゃもフライ		パンこ・こむぎこ コーンフラワー・ライむぎこ	ししゃも			ししゃも・こむぎこ ライむぎこ・パンこ
	きりぼしだいこんと ぶたにくのソースいため		あぶら	ぶたにく・こんぶ	きりぼしだいこん・キャベツ にんじん・さやいんげん		
	みそしる		さつまいも	あぶらあげ・みそ	たまねぎ・はねぎ		
9 (月)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		592 19.7	
	むぎいりごはん		こめ・むぎ				
	マーボーなす		あぶら・さとう・でんぶん	ぎゅうにく・ぶたにく・みそ	なす・たまねぎ・たけのこ・にんじん ほししいたけ・しょうが・にんにく		
	とうふとチンゲンサイのスープ		でんぶん	とうふ・ベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ		とうふ
	くだもの				りんご		りんご
10 (火)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		645 26.9	
	にしよくだん	むぎいりごはん ツナそぼろ いりたまご	こめ・むぎ さとう・あぶら さとう・あぶら	とりにく・きはだまぐろ たまご	たまねぎ・ほししいたけ		たまご
	ぐだくさんじる		じゃがいも	とうふ・あぶらあげ・みそ	だいこん・ごぼう・にんじん・はねぎ		とうふ
	レアチーズ		さとう	クリームチーズ・ぎゅうにゅう クリーム・せいにゅう スキムミルク	いちごかじゅう・レモンかじゅう		クリームチーズ ぎゅうにゅう クリーム せいにゅう スキムミルク
11 (水)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		606 26.1	
	こまみそラーメン	ちゅうかめん ラーメンスープ	こむぎこ ごま・ごまあぶら・あぶら	ぶたにく・やきぶた・みそ	キャベツ・たまねぎ・にんじん とうもろこし・たけのこ・はねぎ にんにく・しょうが		こむぎこ
	ぎょうざ		こむぎこ・こめこ・でんぶん あぶら・さとう	ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にら・しょうが		こむぎこ
	きゅうりのさっぱりあえ		さとう		きゅうり		きゅうり
12 (木)	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		600 23.7	
	むぎいりごはん		こめ・むぎ				
	にくじゃが		じゃがいも・しらたき・さとう	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・グリーンピース		
	こまあえ		ごま・さとう		こまつな・キャベツ・とうもろこし		
みそしる			とうふ・あぶらあげ・わかめ・みそ	はねぎ	とうふ		

◎献立は、天候等により変更になることがあります。

13日から30日は、裏面をご覧ください

◎給食の写真や給食を作っている様子を学校ホームページにのせてありますので、ご覧ください。



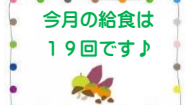
三島市立錦田小学校 → 学校ブログ → 給食
ホームページ

三島市立錦田小学校

検索



錦田小ブログ
携帯サイトへ



今月の給食は
19回です♪

ひづけ	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	食もつ アレルギー	
		＜きいろのなかま＞	＜あかのなかま＞	＜みどりのなかま＞			
		おもにエネルギーのもとになる食品	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			
十五夜 こんだて 13 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		676 21.9		
	さつまいもごはん	こめ・むぎ・さつまいも				さんま	
	さんまのかばやき	こめ・でんぶん・さとう・あぶら	さんま				
	にびたし			こまつな・キャベツ・にんじん			
	すましじる		とうふ・わかめ・かまぼこ	えのきたけ・はねぎ		とうふ	
	つきみだんご	じょしんこ・さとう みずあめ・おおむぎこ				おおむぎこ	
17 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		692 23.1		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	とうふのカレーに	あぶら	とうふ・ぶたにく・だいす こなチーズ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース しょうが・にんにく		とうふ・だいす こなチーズ	
	ポテトのごまドレッシング	じゃがいも・ごま・あぶら・さとう		きゅうり・にんじん・とうもろこし		きゅうり	
	れいとうみかん			みかん			
18 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		640 24.9		
	コロッケバーガー	げんまいパン	こむぎこ・ショートニング げんまい・さとう・あぶら	スキムミルク			こむぎこ スキムミルク
		みしまコロッケ	じゃがいも・さとう・あぶら こむぎこ・パンこ	ぶたにく		たまねぎ	こむぎこ パンこ
		むしキャベツ				キャベツ	
		ごまソース	ごま・さとう			トマトピューレ	トマト
	にくだんごはるさめのスープ	はるさめ	ぶたにく・とりにく	はくさい・えのきたけ・にんじん たまねぎ・はねぎ・にんにく・しょうが			
	げんきヨーグルト		ヨーグルト			ヨーグルト	
19 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		591 27.5		
むぎいりごはん	こめ・むぎ						
さわらのこうみやき	ごまあぶら・さとう	さわら	にら・しょうが・にんにく				
くきわかめのきんぴら	ごま・ごまあぶら・さとう	くきわかめ・さつまあげ	にんじん・さやいんげん				
みそじる		あぶらあげ・みそ	はくさい・えのきたけ・はねぎ				
にしきふりかけ	ごま・さとう・あぶら	だいす・ちりめんじゃこ かつおぶし	にんじん	だいす ちりめんじゃこ			
20 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		623 24.7		
	ぶーちゃんどん	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
		＜	しらたき・さとう・あぶら でんぶん	ぶたにく		たまねぎ・こまつな・ごぼう にんにく・しょうが	
	みそじる		とうふ・わかめ・あぶらあげ・みそ	はねぎ		とうふ	
おこめdeスイートポテト	さつまいも・さとう・こめこ	とうにゅう・かんてん・ショートニング		とうにゅう			
24 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		588 24.3		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	トンクドウフ	さとう・あぶら・ごまあぶら でんぶん	なまあげ・ぶたにく	にんじん・ほししいたけ さやいんげん・しょうが		なまあげ	
	ちゅうかコーンスープ	でんぶん	とうふ・たまご	とうもろこし・にんじん・きくらげ・はねぎ		たまご・とうふ	
	くだもの			なし		なし	
25 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		627 29.5		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	さばのカレーチーズやき		さば・こなチーズ			さば・こなチーズ	
	ひじきのいために	あぶら・さとう	ひじき・だいす・さつまあげ	にんじん・さやいんげん		だいす	
みそじる		あぶらあげ・みそ	だいこん・たまねぎ・こまつな				
26 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		592 26.1		
	さけのたきこみごはん	こめ・むぎ	さけ	ほししいたけ・グリーンピース			
	あつやきたまご	さとう	たまご・かつおだし			たまご	
	おひたし			こまつな・キャベツ・とうもろこし			
	とんじる	じゃがいも・こんにゃく	ぶたにく・とうふ・みそ	だいこん・にんじん・ごぼう・はねぎ		とうふ	
	ミニトマト			ミニトマト		ミニトマト	
27 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		654 25.0		
	むぎいりごはん	こめ・むぎ					
	チキンカツ	こむぎこ・パンこ・あぶら	とりにく	パセリ		こむぎこ・パンこ	
	ごまソース	ごま・さとう		トマトピューレ		トマト	
	さんしょくあえ	さとう		キャベツ・にんじん・きゅうり		きゅうり	
	みそじる		とうふ・あぶらあげ・みそ	なめこ・こまつな		とうふ	
30 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		647 23.6		
	ハヤシライス	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
		ルウ	じゃがいも・あぶら	ぎゅうにく・こなチーズ スキムミルク		たまねぎ・にんじん・トマト グリーンピース・にんにく・しょうが	こなチーズ スキムミルク トマト
	ビーンズサラダ	さとう・ごまあぶら	だいす	キャベツ・きゅうり・えだまめ		だいす きゅうり	
かたうちいわし	ごま・さとう	かたうちいわし	とうもろこし	かたうちいわし			

お知らせ

- ★9月11日(水)は、4年生は校外学習です。
お弁当の用意をお願いします。
- ★9月26日(木)～27日(金)は、
6年生は修学旅行です。

お月見を楽しみましょう

日本では、昔のこよみの8月15日の夜を「十五夜」とよび、月見だんごやすすき、さといもなどをそなえてお月見をする風習があります。
このころの月を「中秋の名月」とよんで、昔から日本人は「いちばんきれいな月」としてながめてきました。
今年は9月13日の夜に「十五夜」のお月様を見ることができます。

