



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> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品		
11 (月)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう コアラパン	ごむぎこ・さとう・あぶら ココア	たまご・スキムミルク	レースン	たまご スキムミルク
	2年生 6年生	ぎゅうにゅう		たまご・スキムミルク		
		チョコカルパン	ごむぎこ・チョコレート さとう・あぶら(大豆油)	たまご・スキムミルク		たまご スキムミルク あぶら(大豆油)
		ごまマヨサラダ	ごま・あぶら・マヨネーズ(※) ※大豆を使用しています	まぐろ	れんこん・キャベツ・にんじん きゅうり・とうもろこし	まぐろ マヨネーズ (だいず)
		ポークビーンズ	じゃがいも・バター・ごむぎこ あぶら	ぶたにく・だいず	トマト・トマトピューレ・たまねぎ にんじん・グリーンピース	バター・だいず トマト トマトピューレ
12 (火)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう むぎいりごはん チキンカレー	こめ・むぎ じゃがいも・あぶら・ルウ	とりにく・だいず	たまねぎ・にんじん・グリーンピース しょうが・にんにく	だいず
	2年生 6年生	ふくじんづけ	さとう		だいこん・きゅうり・なす れんこん・しそのは・しょうが	
		ぎゅうにゅう		たまご・スキムミルク		
		むぎいりごはん	こめ・むぎ			
		チキンカレー	じゃがいも・あぶら・ルウ	とりにく・だいず	たまねぎ・にんじん・グリーンピース しょうが・にんにく	だいず
		ふくじんづけ	さとう		だいこん・きゅうり・なす れんこん・しそのは・しょうが	
		グリーンサラダ	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
くだもの			いちご			
13 (水)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう むぎいりごはん にくじゃが みそしる	こめ・むぎ じゃがいも・しらたき・さとう	ぶたにく とうふ・あぶらあげ・わかめ みそ	たまねぎ・にんじん・さやいんげん はねぎ	とうふ あぶらあげ
	2年生 6年生	のりふりかけ	ごま・さとう	のり		
		ぎゅうにゅう		たまご・スキムミルク		
		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・さやいんげん	
		ごまあえ	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 あぶらあげ
のりふりかけ	ごま・さとう	のり				
14 (木)	1年生 段階給食	ぎゅうにゅう ソフトめん ミートソース	ごむぎこ バター・ごむぎこ・あぶら	ぶたにく・だいず こなチーズ・スキムミルク	たまねぎ・にんじん・トマト トマトピューレ・パセリ にんにく・しょうが	バター こなチーズ スキムミルク だいず・トマト トマトピューレ
	2年生 6年生	フレンチサラダ	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
		ぎゅうにゅう		たまご・スキムミルク		
		ソフトめん	ごむぎこ			
		ミートソース	バター・ごむぎこ・あぶら	ぶたにく・だいず こなチーズ・スキムミルク	たまねぎ・にんじん・トマト トマトピューレ・パセリ にんにく・しょうが	バター こなチーズ スキムミルク だいず・トマト トマトピューレ
		フレンチサラダ	あぶら・さとう	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
ブルーベリーゼリー	さとう	かんてん	ブルーベリーかじゅう			
15 (金)	1年生 完全給食 開始	ぎゅうにゅう むぎいりごはん ぶうちゃんどん(ぐ) みそしる ブルーンヨーグルト	こめ・むぎ しらたき・さとう	ぶたにく なまあげ・くきわかめ・みそ ヨーグルト	こまつな・たまねぎ・ごぼう ねぶか・しょうが だいこん・はねぎ ブルーンかじゅう	なまあげ ヨーグルト
	18 (月)	ぎゅうにゅう		たまご・スキムミルク		
		さけとコーンのピラフ	こめ・むぎ・バター	さけ	とうもろこし・にんじん・マッシュルーム	バター さけ
		ジャーマンポテト	じゃがいも・あぶら	ベーコン・こなチーズ	たまねぎ・グリーンピース	こなチーズ
		にくだんごとはるさめのスープ	はるさめ・さとう・あぶら	とりにく・ぶたにく	だいこん・はくさい・えのき にんじん・たまねぎ・はねぎ しょうが・にんにく	
ミニトマト			ミニトマト	ミニトマト		

*19日から28日は、裏面をご覧ください

ご入学・ご進級おめでとうございます!



- ★かわいい1年生を迎え、いよいよ給食がはじまります。新学期は、環境の変化などで精神的にも肉体的にも疲れ気味になります。睡眠を十分にとり、かならず朝ごはんを食べてから登校させてあげてください。
- ★1年生は11日より給食がはじまります。給食になれるために11日から14日までは段階給食となります。完全な給食ではありませんので、帰宅後にご家庭で補食やおやつを食べさせてあげてください。
- ★献立予定表は毎月配布します。献立別に使っている食材がわかるように表示していますので、ご家庭でご活用ください。



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> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品		
19 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		580 25.8	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	さばのしょうがに	さとう	さば	しょうが		さば
	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		さつまあげ
	かきたまみそしる		たまご・みそ	キャベツ・たまねぎ・えのき・はねぎ		たまご
20 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		630 22.8	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	マーボーとうふ	あぶら・さとう・でんぷん ごまあぶら	とうふ・ぶたにく・だいず みそ	たまねぎ・しいたけ・たけのこ はねぎ・にんじん・にんにく しょうが		とうふ だいず
	じゃがいものちゅうかサラダ	じゃがいも・ごまあぶら さとう		にんじん・きゅうり		
	みかんゼリー	さとう		みかんかんづめ		
21 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		694 26.9	
	キャロットライス	こめ・むぎ		にんじん		
	とりにくのホワイトソース	バター・こむぎこ・あぶら	とりにく・ぎゅうにゅう こなチーズ・スキムミルク	たまねぎ・こまつな・マッシュルーム とうもろこし・にんにく・しょうが		バター こなチーズ ぎゅうにゅう スキムミルク
	やさいのスープに		ウィンナー	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ		
	スイートポテト	さつまいも・こめこ・じゃがいも ショートニング・あぶら・さとう	とうにゅう・かんてん			とうにゅう
22 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		582 21.5	
	わかめごはん	こめ・むぎ	わかめ			
	みしまコロッケ	じゃがいも・こむぎこ パンこ・でんぷん さとう・あぶら (大豆油)	ぶたにく	たまねぎ		大豆油
	あおなのいためもの	あぶら	ハム	こまつな・キャベツ・とうもろこし		
	ごまふうみみそしる	ごま	とうふ・あぶらあげ・みそ	だいこん・にんじん・ごぼう・はねぎ		
25 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		601 22.6	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	ししゃもフライ	あぶら・こむぎこ・パンこ ライむぎこ・コーンフラワー	ししゃも			ししゃも
	ひじきのいために	あぶら・さとう	ひじき・だいず・さつまあげ	にんじん・さやいんげん		だいず さつまあげ
	みそしる	じゃがいも・やきふ	みそ	こまつな・たまねぎ		
26 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		607 26.9	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	ぶたにくのソースいため	あぶら・さとう	ぶたにく	たまねぎ・パセリ		
	コーンポテト	じゃがいも・あぶら		とうもろこし		
	やさいとこのこのスープ		ベーコン	こまつな・だいこん・にんじん えのきたけ・しめじ		
27 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		595 26.1	
	むぎいりごはん	こめ・むぎ				
	さわらのこうみあえ	じゃがいも・ごま・ごまあぶら でんぷん・さとう	さわら・だいず	にら・しょうが		さわら だいず
	キャベツのおひたし		かつおぶし	キャベツ・にんじん・とうもろこし		かつおぶし
	みそしる		わかめ・あぶらあげ・みそ	だいこん・はねぎ		あぶらあげ
28 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		533 23.3	
	たけのこごはん	こめ・むぎ・ごま	あぶらあげ	たけのこ・にんじん・ほししいたけ		あぶらあげ
	あつやきたまご	さとう・あぶら	たまご・かつおだし			たまご かつおだし
	にびたし	さとう		こまつな・キャベツ・にんじん しめじ		
	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・ごぼう・はねぎ		とうふ



給食室メンバー紹介

調理員

小池 泉 (こいけいずみ) 吉田 文香 (よした ゐみか)
石井 紀子 (いしい のりこ) 本間真矢都 (ほんままやか)
関野知代 (せきのともよ) 大川恵理子 (おおかわえりこ)
鈴木佐栄子 (すずきさえこ) 芦川あさみ (あしかわあさみ)
島袋ゆり (しまぶくろゆり)



栄養士

前田 悦子 (まえだ えつこ)

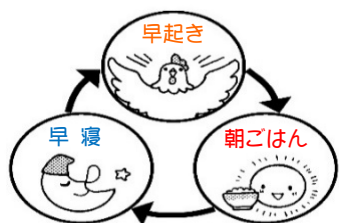
給食室一同、愛情をこめておいしい給食をつくります！どうぞよろしくお願ひします。



★給食の写真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。



錦田小ブログ 携帯サイトへ



今月の給食は 14回です



★献立は、天候等により変更になることがあります。