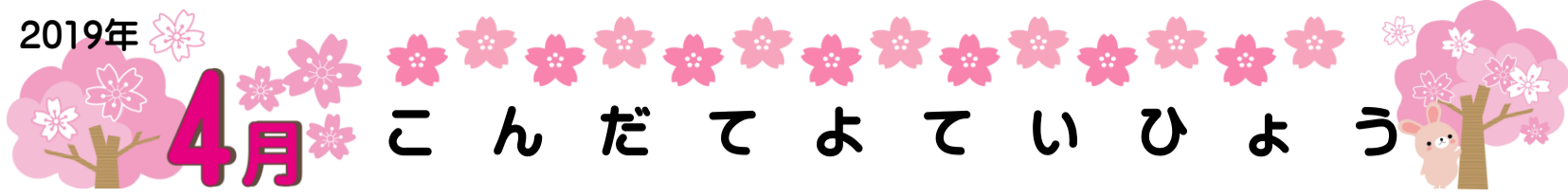


2019年



さわじしょう

ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			I初* - kcal
		おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しょくひん</small>	おもにからだをつくるもとになる食品 <small>しょくひん</small>	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる食品	
		<きいろのなかま>	<あかのなかま>	<みどりのなかま>	
1年生は、 給食が ありません 8 (月)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			572
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	さけのこうじやき		さけ		
	ひじきのいりに	さとう・あぶら	だいず・ひじき・あぶらあげ	にんじん	
	とうふとチンゲンサイのスープ	でんぷん	ベーコン・とうふ	チンゲンサイ・くろきくらげ	
9 (火)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			612
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	トンクドウフ	さとう・あぶら・ごまあぶら・でんぷん	ぶたにく・なまあげ	ふるね・ほししいたけ・にんじん	
	わかめスープ		ベーコン・わかめ	えのきだけ・たまねぎ・にら・はねぎ	
	くだもの			りんご	
10 (水)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			664
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	チキンカレー	あぶら・じゃがいも カレールウ(アレルギー対応)	とりにく	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん グリーンピース	
	ふくじんづけ	さとう		だいこん・きゅうり・なす・れんこん なたまめ・しそのは	
	ツナサラダ ピーチゼリー	あぶら・さとう ゼリーのもと	ツナ	キャベツ・きゅうり・コーン ももかん	
11 (木)	わかめごはん	こめ・むぎ	わかめ		638
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	にくじゃが	さとう・しらたき・じゃがいも	ぶたにく	たまねぎ・グリーンピース・にんじん	
	みそしる		とうふ・みそ	たまねぎ・えのきだけ・ねぶかねぎ	
	おこのみまめ	あぶら・さとう・でんぷん	だいず		
12 (金)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			657
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ししゃものたつたあげ	あぶら・でんぷん	ししゃも		
	きりぼしだいこんのもの	あぶら・さとう	あぶらあげ・さつまあげ・こんぶ	ゆでほしだいこん・ほししいたけ・にんじん	
	とんじる	こんにやく・じゃがいも	ぶたにく・とうふ・みそ	ごぼう・にんじん・だいこん・はねぎ	
15 (月)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			689
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	さばのおろしかけ(さばのからあげ) (だいこんおろし)	あぶら・でんぷん さとう	さば	ふるね だいこん	
	ごまあえ	ごま・さとう		かきな・はくさい	
	けんちんじる	こんにやく・じゃがいも・でんぷん	とりにく・とうふ	だいこん・にんじん・ごぼう・はねぎ	
	くだもの			きよみオレンジ	
16 (火)	キムチチャーハン	こめ・むぎ・あぶら	ぶたにく	はくさいキムチ たまねぎ・グリーンピース	540
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ビーンズサラダ	ごまあぶら・さとう	だいず	キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン	
	はるさめのスープ	はるさめ		にんじん・たまねぎ・ほししいたけ・だいこん はねぎ	
	ソフトクリームヨーグルト		ソフトクリームヨーグルト		
17 (水)	ポテトミートサンド(コッペパン) (ポテトミート)	こむぎこ・ショートニング・さとう あぶら・じゃがいも	スキムミルク ぶたにく・ぎゅうにく・こなチーズ	にんじん・たまねぎ・パセリ	587
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	キャベツソテー	あぶら		にんじん・キャベツ	
	しめじスープ		ベーコン	にんじん・たまねぎ・しめじ・くろきくらげ・かきな でこぼん	
	くだもの				
18 (木)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			724
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	さかなとだいずのナッツあえ	あぶら・でんぷん・カシューナッツ・さとう	だいず・さわら	ふるね	
	おひたし			かきな・キャベツ・コーン	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	たまねぎ・だいこん・はねぎ	
19 (金)	たけのこごはん	こめ・むぎ	あぶらあげ	にんじん・たけのこ・ほししいたけ	556
	いりごま	ごま			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	あつやきたまご	さとう・あぶら	たまご		
	きんぴら	さとう・あぶら	さつまあげ	ごぼう・にんじん	
	みそしる	じゃがいも	みそ・わかめ	かきな	
	すりおろしりんご	グラニューとう		りんご・りんごかじゅう	

22日(月)から26日(金)は裏面を見てください。



ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			Ical - kcal
		おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しよくひん</small>	おもにからだをつくるもとになる食品 <small>しよくひん</small>	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる食品	
		<きいろのなかま>	<あかのなかま>	<みどりのなかま>	
22 (月)	チキンピラフ	あぶら・こめ・むぎ	とりにく	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・グリーンピース	607
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	マゼドニアンサラダ	じゃがいも・はんこたいじょうドレッシング(卵黄)	ハム	きゅうり・にんじん	
	コーンスープ	バター・こむぎこ	ぎゅうにゅう・スキムミルク・こなチーズ	たまねぎ・コーン・パセリ	
	くだもの			きよみオレンジ	
23 (火)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			646
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	おやこどん	さとう	たまご・とりにく	グリーンピース・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ	
	ぐたくさんじる	こんにやく・じゃがいも	とうふ・あぶらあげ・かにほうにく・みそ	ごぼう・だいこん・こまつな	
	ブルーベリーゼリー	かんてん・さとう		ブルーベリー	
24 (水)	ソフトめん	こむぎこ			638
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ミートソース	バター・こむぎこ・あぶら	スキムミルク・こなチーズ	ふるね・にんにく	
	みしまじゃがとっと	じゃがいも・あぶら・さとう・でんぷん	ぶたにく・ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・トマトかん・パセリ	
	エリンギソテー	あぶら	ぎよにくすりみ	こまつな	
	くだもの			エリンギ・こまつな・キャベツ	
25 (木)	むぎいりごはん	こめ・むぎ			639
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	とうふのカレーに	あぶら・カレールウ	とうふ・ぶたにく・だいす	にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース	
	じゃがいものちゅうかさサラダ	じゃがいも・こまあぶら・さとう		にんじん・きゅうり	
	かこうごさかな	みずあめ・こま	かたくちいわし		
入学・進級 お祝い献立 26(金) 祝	せきはん	もちこめ・うるちまい	あずき		640
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごましお	ごま			
	みしまコロケ	みしまばれいしょ・パンこ・あぶら	ぶたにく	たまねぎ	
	こまつなのびたし	さとう		こまつな・はくさい・にんじん・しめじ	
	かきたまみそしる		とうふ・たまご・わかめ・みそ	はねぎ・くろきくらげ	
	くだもの			きよみオレンジ	

1年生は、9日（火）より給食が始まります。給食になれるために、9日（火）から10日（水）までは段階給食となります。完全な食事量ではありませんので、ご家庭で補食を摂ったりおやつを食べさせたりしてください。11日（木）からは、他の学年と同じ給食になります。

～1年生の10日、11日の予定献立表～

ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき		
		おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しよくひん</small>	おもにからだをつくるもとになる食品 <small>しよくひん</small>	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる食品
		<きいろのなかま>	<あかのなかま>	<みどりのなかま>
9 (火)	うずまきがたパン	こむぎこ・ショートニング・さとう	スキムミルク	ほしぶどう
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
	くだもの			りんご
10 (水)	むぎいりごはん	こめ・むぎ		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
	チキンカレー	あぶら・じゃがいも・カレールウ(アレルギー対応)	とりにく	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース
	ピーチゼリー	ゼリーのもと		ももかん

今月の給食は、15回の予定です

祝 ご入学・ご進級おめでとうございます

◎献立予定表は毎月発行します。献立ごとに、食材名をわけて書いてあります。ご家庭でご活用ください。

◎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。

学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食



三島市立沢地小学校 検索

新年度を迎え、新学年での学校生活とともに、給食がはじまります。本年度も、安心安全でおいしい給食作りをするよう給食室一同努めてまいりますので、1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

★調理員★
鈴木 浩二 ・ 武士 千賀
坂本 裕美 ・ 藩 鴻萍

★栄養士★ 石井 ひとみ

