



給食献立表

日	曜	献立名			材料名					
					からだをつくるもとになる食品		体の調子をととのえる食品		熱や力のもとになる食品	
		主食	牛乳	おかず	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海草	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
1	木	ごはん	○	えびたまのあんかけ アスパラの塩ゆで キャベツスープ ごまプリン	えび たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	はねぎ アスパラガス にんじん	たけのこ たまねぎ キャベツ セロリ	こめ さとう でんぶん プリン	あぶら
2	金	たけのこごはん	○	さけの塩焼き おかか和え けんちん汁 かしわもち	あぶらあげ さけ かつおぶし とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん みつば こまつな はねぎ	たけのこ キャベツ ごぼう	こめ もちこめ こんにゃく かしわもち	
7	水	ナン	○	キーマカレー じゃがいものチーズ焼き ツナサラダ いちご	ぎゅうにく ぶたにく ツナ レンズまめ ぶたレバー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ セロリ にんにく きゅうり キャベツ コーン いちご	ナン こむぎこ じゃがいも	あぶら
8	木	ごはん	○	メバルのたつた揚げ 梅こんぶ和え たけのことそら豆の煮物 ミックスナッツ	メバル とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	こまつな にんじん	キャベツ たけのこ そらまめ	こめ さとう	あぶら アーモンド カシューナッツ
9	金	五目おこわ	○	さわらの塩焼き 春野菜の和え物 みそ汁 青りんごゼリー	あぶらあげ さわら かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス はねぎ	ごぼう しめじ えだまめ キャベツ たまねぎ	こめ もちこめ じゃがいも ゼリー	
☆ 12日～16日 かがわ印給食ウィーク ☆										
12	月	コッペパン	○	オリーブサーモンのピザ焼き じゃこサラダ わかめスープ かみかみ大豆	サーモン かみかみ豆	ぎゅうにゅう チーズ ひじき しらすぼし わかめ	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも	あぶら
13	火	古代米入り ごはん	○	いかのアーモンドフライ ゆかり和え かがわ印スープ あまなつ	いか とりにく たまご	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん チンゲンサイ	もやし キャベツ たまねぎ あまなつ	こめ こだいまい こむぎこ パンこ	アーモンド あぶら
14	水	ミルクパン	○	あさりとトマトのスパゲティ 元気サラダ そら豆のカレー揚げ	あさり とりにく ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	トマト さやいんげん にんじん	たまねぎ セロリ にんにく きゅうり キャベツ コーン そらまめ	パン スパゲティ さとう てんぷらこ	あぶら
15	木	えんどう ごはん	○	ひらの赤しそ揚げ アスパラのごま和え ふしめん汁 スイートポテト	ひら あぶらあげ	ぎゅうにゅう	アスパラガス にんじん はねぎ	グリーンピース キャベツ コーン たまねぎ しめじ	こめ もちこめ さとう ふしめん スイートポテト	あぶら ごま
16	金	ごはん	○	手作りがんも こんぶ和え オリーブ豚の豚汁 ヨーグルト	とうふ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう こんぶ ヨーグルト	にんじん はねぎ こまつな	たけのこ たまねぎ キャベツ ごぼう	こめ でんぶん さとう こんにゃく	あぶら ごま
17	土	＜簡易給食＞ コロッセパン、スイートルール、牛乳								
19	月	米粉パン	○	いかのケチャップがらめ スナッペンどうの塩ゆで 具だくさんコーンスープ	いか ベーコン	ぎゅうにゅう	パセリ スナッペンどう にんじん	しょうが コーン たまねぎ	パン でんぶん さとう じゃがいも	あぶら
20	火	ごはん	○	鶏肉のみそ焼き キャベツの即席づけ けんちん汁 牛乳プリン	とりにく とうふ	ぎゅうにゅう しらすぼし こんぶ	にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ ごぼう	こめ こんにゃく プリン	ノンエッグマヨ ごま
21	水	豚キムチ どんぶり	○	春雨サラダ かわちばんかん	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら こまつな にんじん	しょうが キムチ キャベツ たまねぎ もやし にんにく コーン かわちばんかん	こめ おおむぎ さとう はるさめ	あぶら
22	木	麦ごはん ふりかけ	○	えびと厚揚げの中華煮 アスパラサラダ みかんクレープ	ぶたにく えび あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ アスパラガス	しょうが にんにく キャベツ コーン レモン	こめ おおむぎ じゃがいも さとう クレープ	あぶら
23	金	ゆかりごはん	○	豆腐ナゲット 海草サラダ なめこのみそ汁	とうふ とりにく	ぎゅうにゅう しらすぼし かいそうミックス わかめ	にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ コーン なめこ たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん	あぶら
26	月	コッペパン	○	ボークビーンズ スナッペンどうのサラダ さつまいもチップス	だいず ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ スナッペンどう	たまねぎ キャベツ コーン レモン	パン さとう じゃがいも さつまいもチップ	あぶら
27	火	ごはん	○	チーズ入りハンバーグ パセリポテト 野菜スープ	ぎゅうにく たまご ぶたにく とうふ レンズまめ ベーコン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ セロリ	こめ パンこ さとう じゃがいも	あぶら
28	水	親子 どんぶり	○	アスパラのごまネーズ和え ブルーン	とりにく なんと たまご	ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス	たまねぎ ふとねぎ しいたけ キャベツ コーン レモン ブルーン	こめ おおむぎ さとう	ノンエッグマヨ ごま
29	木	わかめごはん	○	さわらのゆずみそかけ キャベツのごま和え ひじきの炒り煮 チーズ	さわら とりにく あぶらあげ だいず	ぎゅうにゅう ひじき わかめ チーズ	こまつな にんじん さやいんげん	ゆず キャベツ コーン	こめ おおむぎ さとう こんにゃく	ごま あぶら
30	金	チキンカレー	○	かみかみサラダ アイスパイン	とりにく ぶたレバー さきいか ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく ごぼう きゅうり コーン パイン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら ごま

献立は、食材その他の都合により変更することがあります。

