平成30年度







境町立学校給食センター

		度	1				境田			
	曜		おもに体をつくる		お も な 材 料 おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		栄養	養価
日		こんだて名	【1群】 肉・魚・たまご	【2群】 牛乳·乳製品	【3群】 緑黄色野菜	【4群】 その他の野菜	【5群】 穀類	【6群】 種実類	Iネルギー (kcal)	たん (
 		 ごはん ぎゅうにゅう	豆・豆製品	小魚・海藻類 ぎゅうにゅう		きのこ類・果物	いも類・砂糖 ごはん	油脂		+
	_	いわしのこうみフライ ソース	いわし たら イカ			ねぎ たまねぎ	パンこ	あぶら	699	27
1	金	かまあげのそぼろに 節分メニュー	とりにく なまあげ		にんじん	100 700100	でんぷん さとう			
		えのきのスープ せつぶんふくまめ	かまぼこ だいず		にんじん チンゲンサイ	えのきたけ わぎ		らっかせい	852	3
		こばん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	12/00/0 /////	760527677 400	ごはん	33% 241		1
		ささかまのいそべあげ(1, 2) しょうゆ	かまぼこ	あおのり				あぶら	616	2
4	月	ヤーコンのいために	ぶたにく		にんじん ピーマン		ヤーコン さとう	÷		
		かぶのみそしる	あぶらあげ みそ						770	2
		マヨたまかつサンド (きりこみコッペパン マヨたまかつ ソース)	たまご ソーセージ		1070 00 00		コッペパン パンこ	ドレッシング あぶら		\vdash
_		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		<u> </u>			729	2:
5	火	かぼちゃとまめのサラダ	ひよこまめ レッドキドニー		かぼちゃ にんじん	きゅうり		ドレッシング		
		世界の料理の日 メキシコ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし		バター	896	2
		ごはん さけふりかけ ぎゅうにゅう	さけ	ぎゅうにゅう のり			ごはん	ごま		
_		あつやきたまご	たまご			i	さとう	1	642	
6	水	にくじゃが	ぶたにく		にんじん いんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも さとう	あぶら		
		はくさいとにくだんごのスープ	とりにく		にんじん	はくさい たまねぎ しめじ			793	
	木	ごもくうどん (ソフトめん ごもくじる)	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ		にんじん ほうれんそう	 	ソフトめん			
_		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				<u> </u>	659	
7		おにまん					さつまいも こむぎこ さとう			
		バンバンジーサラダ バンバンジードレッシング	とりにく くらげ	1	にんじん	きゅうり キャベツ		ドレッシング	869	
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		6	
	_	ハンバーグケチャップソースかけ	とりにく	1		たまねぎ		あぶら	655	
8	金	ほうれんそうとコーンのソテー			ほうれんそう	とうもろこし		バター	936	
		はんぺんスープ	はんぺん たまご		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ	でんぷん		826	
-		こめこパン ココアクリーム ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめこパン ココアクリーム	[634	_
12	火	タンドリーチキン	とりにく	ヨーグルト	I	レモン		<u> </u>	624	3
12	~	カラフルマリネ			あかピーマン ブロッコリー	たまねぎ きピーマン		ドレッシング	740	_
	<u> </u>	シーフードシチュー	いか ほたて ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	あぶら	740	(3)
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		620	2
13	水	ポークしゅうまい(2,3)しょうゆ	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ		020	1
13		きりぼしだいこんのいために	ぶたにく さつまあげ	わかめ	にんじん	だいこん ごぼう	さとう	ごま ごまあぶら	788	2
		はるさめスープ	とうふ		にんじん こまつな	しいたけ たまねぎ とうもろこし	はるさめ	ごまあぶら	700	
		ジャージャーめん (ソフトめん ジャージャーじる)	ぶたにく みそ		にんじん	たまねぎ もやし ねぎ たけのこ しょうが	ソフトめん でんぷん	あぶら	776	2
14	木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					//6	1
14	*	ハートがたエビカツ	えび たら			たまねぎ	パンこ こむぎこ	あぶら	971	3
		だいこんサラダ かんきつドレッシング カスタード&チョコシュークリーム	かにふうみかまぼこ たまご	チーズ	にんじん	だいこん えだまめ	こむぎこ さとう チョコレート	ドレッシング	371	
		ごはん たまごふりかけ ぎゅうにゅう	たまご	ぎゅうにゅう		<u> </u>	ごはん	ごま	673	27
15	金	ほっけのしおやき	ほっけ			<u> </u>		<u> </u>	075	-
		しめじとひじきのにもの	あぶらあげ	ひじき		しめじ	さとう	あぶら	828	28 3
		とんじる	ぶたにく みそ	<u> </u>		だいこん たまねぎ ごぼう ねぎ		あぶら		Ļ
	月	ごはん にゅうさんきんいんりょう 境町で育った	}	にゅうさんきんいんりょう			ごはん		656	22
18		はるまき メイシャントンととうふのちゅうかに メイシャントン使用	とうふ ぶたにく		にんじん にら	キャベツ たまねぎ たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが	こむぎこ はるさめ でんぷん さとう	¢		
		たまごスープ	たまご	わかめ	にんじん にら にんじん	たまねぎ	でんぷん	こまのかり	800	2
	火	フルーツサンド(さしまちゃコッペパン フルーツなまクリームあえ)	y Kac	なまクリーム		みかん もも パインアップル	さしまちゃパン さとう			
		#\.\ = I= .\ =		ぎゅうにゅう		107070 00 7(107)0070	2089177 227		668	
19		さいつにゆう 境町特産のさしま茶使用 ボークビーンズ	ぶたにく だいず ウィンナー	297697	にんじん トマト パセリ	! ! たまわ <i>ギ゛にlに</i> ノ				
		キャベツのサラダ たまねぎドレッシング			Devocio L.A.L. MED		じゃがいキ オレネ	バター		
				:	にんじん		じゃがいも さとう		817	2
	Í	しごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ とうもろこし		バター ドレッシング		+
	.	ごはん ぎゅうにゅう ローズボークのメンチカツ ソース	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ とうもろこし	じゃがいも さとう ごはん パンこ こむぎこ		817 697	+
20	水		ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん		ごはん	ドレッシング	697	2
20	水	ローズポークのメンチカツ ソース	ぶたにく あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり	ごはん パンこ こむぎこ	ドレッシング あぶら		2
20	水	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ		きゅうにゅう	にんじん にんじん ごまつな	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ	ドレッシング あぶら マヨネーズ	697 875	2
		ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる	あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ごまつな	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも	ドレッシング あぶら マヨネーズ	697	2
20	水木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる)	あぶらあげ とうふ		にんじん にんじん ごまつな	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも	ドレッシング あぶら マヨネーズ	697 875 638	2
		ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランプルエッグ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると		にんじん にんじん ごまつな	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも	ドレッシング あぶら マヨネーズ	697 875	2
		ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら		にんじん にんじん こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら	697 875 638 798	2 2 3
21	*	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランプルエッグ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく	ごはん バンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら	697 875 638	2 2 3
		ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら	697 875 638 798 684	2 2 3
21	*	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうごん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン	ぎゅうにゅうぎゅうにゅう	にんじん にんじん ごまつな にんじん ほうれんそう	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら	697 875 638 798	2 2 3
21	*	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ パターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ)	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かたくちいわし	にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら	697 875 638 798 684 843	2 2 3
21	*	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ パターコーンみそしる ぶたそぼろどん(ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう **********************************	にんじん こまつな にんじん まうれんそう こまつな にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら	697 875 638 798 684	2 2 3
21	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かたくちいわし	にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら	697 875 638 798 684 843	2 2 3 3 2 2
21	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ	にんじん こまつな にんじん まうれんそう こまつな にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら	697 875 638 798 684 843	2 2 3 3 2 2
21	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし きゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ	にんじん こまつな こんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん	*** *** *** *** *** *** *** *** ***	697 875 638 798 684 843	2 2 3 3 2 2 2
21	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん(ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ	にんじん にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しようが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ボター あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886	2 2 3 3 2 2 2
21 22 25	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん(ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ 猿島小学校 リクエストメニュー	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん ごはん さとう	*** *** *** *** *** *** *** *** ***	697 875 638 798 684 843 720 886	2 2 3 2 2 2 2
21 22 25	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん(ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん(ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうさスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく ハム とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし きゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ	にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん ごはん さとう	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886 612	2 2 3 2 2 2 2
21 22 25	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナラどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ パターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうさスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ピーフカレー)	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり	にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ とうもろこし たけのこ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん ごはん さとう	ドレッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ボター あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886 612	2 2 3 2 2 2 2 2
21 22 25	木	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ こまつなのぼんずあえ パターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうさスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく ハム とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり	にんじん にんじん ごまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん こむきこ コッペパン さとう さとう むぎごはん	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700	2 2 3 2 2 2 2 2
21 22 25 26	木 金 月 火	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう ボテトカップグラタン	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく ハム とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり	にんじん にんじん さまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん ごはん さとう さとう むぎごはん	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700	2 2 2 2 2 2 2
21 22 25 26	木 金 月 火	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう フロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう ボテトカップグラタン ふくじんづけ	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ ぶなと ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり	にんじん にんじん ごまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん ごはん さとう こむぎこ コッペパン さとう むぎごはん じゃがいも でんぶん さとう	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら マーガリン	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700	2 2 2 2 2 2 2 2
21 22 25 26	木金月火水	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう ボテトカップグラタン ふくじんづけ とんこつラーメン(ちゅうかめん とんこつラーメンスープ)	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく ハム とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし きゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり	にんじん にんじん こまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん ごはん さとう さとう むぎごはん	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700	2 2 2 3 2 2 2 2 2 2 2 2 2 3
21 22 25 26	木 金 月 火	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう ブロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう ボテトカップグラタン ふくじんづけ とんこつラーメン (ちゅうかめん とんこつラーメンスープ) ぎゅうにゅう	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく バム とりにく	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり きゅうにゅう	にんじん にんじん ごまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ デいこん なす れんこん メンマ もやし たまねぎ ねぎ	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぷん ごはん さとう こむぎこ コッペパン さとう むぎごはん じゃがいも でんぷん さとう	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら マーガリン	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700 732 899	2 2 3 2 2 2 2 2 2 3
21 22 25 26	木金月火水	ローズボークのメンチカツ ソース マカロニサラダ けんちんじる チャイナうどん (ソフトめん チャイナじる) ぎゅうにゅう おさかなとやさいのステーキ スクランブルエッグ ごはん ぎゅうにゅう とりにくのざんぎ 郷土料理の日 北海道 こまつなのぼんずあえ バターコーンみそしる ぶたそぼろどん (ごはん ぶたそぼろ) ぎゅうにゅう チョレギサラダ ぎょうざスープ あげパン ぎゅうにゅう プロッコリーのサラダ イタリアンドレッシング オニオンスープ あおのりこざかな ※オレンジ カレーライス (むぎごはん ビーフカレー) ぎゅうにゅう ボテトカップグラタン ふくじんづけ とんこつラーメン(ちゅうかめん とんこつラーメンスープ)	あぶらあげ とうふ ぶたにく なると たら たまご ベーコン とりにく とうふ みそ ぶたにく みそ なると ぶたにく とりにく ハム とりにく ボたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう かたくちいわし ぎゅうにゅう わかめ つのまた こんぶ ぎゅうにゅう チーズ かたくちいわし のり きゅうにゅう	にんじん にんじん さまつな にんじん ほうれんそう こまつな にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	キャベツ とうもろこし キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ごぼう しめじ しいたけ メンマ ねぎ とうもろこし にんにく とうもろこし えだまめ しょうが キャベツ たまねぎ えだまめ しょうが キャベツ きゅうり しいたけ はくさい キャベツ ねぎ カリフラワー たまねぎ キャベツ セロリー オレンジ たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご	ごはん パンこ こむぎこ マカロニ さといも ソフトめん ごはん でんぶん ごはん さとう こむぎこ コッペパン さとう むぎごはん じゃがいも でんぶん さとう	下レッシング あぶら マヨネーズ あぶら あぶら あぶら ドレッシング あぶら ドレッシング あぶら マーガリン	697 875 638 798 684 843 720 886 612 700 732 899	

●物資の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

●※は給食センターで空容器,果物の皮を回収します。

●18日に使用する豚ひき肉は、境町産のメイシャントンです。

●19日は境町特産のお茶を使用します。

★お知らせ 給食費補助について★

本年度の給食費補助金交付については、裏面をご覧ください。

エネルギーとたんぱく質は, 上段→小学校 中学年 (3,4年生) 下段→中学生の量になります。

実施回数 19回

●今月使用する、さといも、キャベツ、ごぼう、チンゲンサイ、にんじん、ねぎ、はくさいは茨城県産を使用する予定です。

●この献立表に記載されている食品は、主な材料で、調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工品に含まれるアレルゲン等、使用食品のすべては記載しておりません。

※献立表は、壁や冷蔵庫など目につくところに貼って活用してください。裏側には給食だよりが記載されています。貼ったままめくって見ることができます。