



H27 10月 学校給食献立表

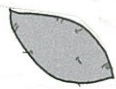
九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			おもにねつやちからのもと になるもの(黄)	おもにからだのちやにく になるもの(赤)	おもにからだのちようしを ととのえるもの(緑)	カロリー 小	カロリー 中	
		しゆしょく	牛乳	ふくしょく・デザート						
1	木	コッペパン		てづくりしろみざかなフライ、 ポイルキャベツ、ソース コーンスープ	 コッペパン	こむぎこ、パンこ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう、ホキ、 たまご、ベーコン スキムミルク	キャベツ、コーン、にんじん たまねぎ、パセリ	753	915
2	金	チャーハン		ミートボールのあますあんかけ (幼2、小3、中4)ナムル ワカメスープ	 チャーハン	あぶら、さとう ごまあぶら かたくりこ、ごま	ぎゅうにゅう、とうふ ミートボール、わかめ	もやし、ほうれんそう、ねぎ しいたけ	643	793
5	月	ごはん		とりにくのからあげ (幼~3年2こ、4年~3こ) すのもの みそしる	 ごはん	かたくりこ こむぎこ、あぶら さとう、さといも	ぎゅうにゅう、とりにく ちりめん、わかめ、 あぶらあげ	しょうが、きゅうり、にんじん たまねぎ、ねぎ	752	977
6	火	あげパン		さつまいもときのこの クリームシチュー だいこんツナサラダ	 あげパン	グラニューとう さつまいも さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、きなこ ぶたにく、スキムミルク ツナ	たまねぎ、にんじん、しめじ エリンギ、パセリ、だいこん ほうれんそう	687	830
7	水	むぎごはん		おやこどんぶり いそかあえ オレンジ	 むぎごはん	さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、とりにく たまご、かまぼこ、 かつおぶし、ひじき	たまねぎ、ねぎ、キャベツ、 こまつな、にんじん、オレンジ	630	771
8	木	げんりょう パン		スパゲティビーンズ ミートソース じゃこサラダ	 げんりょう パン	スパゲティ なまクリーム ごまあぶら、さとう	ぎゅうにゅう、レンズまめ ひよこまめ、ミンチ(ぎゅう、とり) こなチーズ、ちりめん	たまねぎ、にんじん、セロリ しょうが、だいこん、にんじん きゅうり	679	842
9	金	ごはん		はっぼうさい キャラメルポテト	 ごはん	さとう、ごまあぶら かたくりこ、あぶら さつまいも、バター	ぎゅうにゅう、ぶたにく いか、えび、うすらたまご	たけのこ、しいたけ、にんじん はくさい、たまねぎ、ねぎ、 しょうが	759	940
13	火	カットパン		ツナサンドパン ポークビーンズ なし	 カット パン	マヨネーズ あぶら、さとう マーガリン	ぎゅうにゅう、ツナ ぶたにく、しろいんげんまめ	たまねぎ、キャベツ、コーン にんじん、グリーンピース マッシュルーム、なし	733	854
14	水	ごはん		れんこんのはさみあげ ソース、ゆかりあえ あかだし	 ごはん	あぶら	ぎゅうにゅう、とうふ れんこんのはさみあげ わかめ	キャベツ、にんじん、ねぎ たまねぎ	662	786
15	木	コッペパン		オムレツ マーシャルビーンズ ブロッコリーとコーンのサラダ きのこスープ	 コッペパン	マーシャル ビーンズ	ぎゅうにゅう、オムレツ とうふ	ブロッコリー、コーン、 こまつな、えのき、しめじ、 たまねぎ、にんじん	644	723
16	金	ごはん		あげししゃも(幼小2中3) しらあえ、うめぼし せんぎりだいこんのいりに	 ごはん	かたくりこ あぶら、さとう こんにやく、ごま	ぎゅうにゅう、ししゃも とうふ、あぶらあげ とりにく	ほうれんそう、にんじん きりぼしだいこん、うめぼし	713	907
19	月	むぎごはん		カレーライス そえやさい マヨネーズこぶくろ おこめのムース	 むぎごはん	じゃがいも おこめのムース マヨネーズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ きゅうり	778	927
20	火	コッペパン		ハムステーキ マカロニサラダ あさりのチャウダー	 コッペパン	マカロニ マヨネーズ バター、あぶら	ぎゅうにゅう、ハムステーキ あさり、ベーコン、 スキムミルク	キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ、グリーンピース	732	861
21	水	ごはん		いかのてんぷら はくさいのとさあえ ぶたじる	 ごはん	あぶら、さとう さといも	ぎゅうにゅう、ぶたにく いかのてんぷら、かつおぶし あぶらあげ、とうふ	はくさい、ほうれんそう、 ごぼう、だいこん、にんじん ねぎ	721	880
22	木	ミックスパン		ホキのチリソースかけ かいそうサラダ チンゲンサイのスープ	 ミックスパン	さとう、あぶら かたくりこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ホキ わかめ、ちりめん、 ぶたにく、とうふ	しょうが、だいこん、にんじん チンゲンサイ、しいたけ、 たまねぎ	665	764
23	金	ごはん		さばのみそに すましじる つけもの	 ごはん		ぎゅうにゅう、とうふ さばのみそに、わかめ、 かまぼこ	にんじん、えのき、ねぎ、 たかなづけ	622	778
26	月	ごはん		おでんに キャベツのこんぶづけ かき	 ごはん	こんにやく さとう	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく うすらたまご、ひらてん、 あつあげ、ちりめん、しおこぶ	だいこん、キャベツ、かき	650	800
27	火	コッペパン		まぐろのバーベキューソース コールスローサラダ クリームスープ	 コッペパン	かたくりこ あぶら、バター じゃがいも	ぎゅうにゅう、まぐろ、 えび、ベーコン、 スキムミルク	にんにく、キャベツ、にんじん コーン、たまねぎ、パセリ	739	896
28	水	ごはん		さんまのしおやき(幼 さば) ごまあえ こうやどうふのもの	 ごはん	ごま、さとう	ぎゅうにゅう、さんま、 とりにく、あぶらあげ、 こうやどうふ	こまつな、もやし、はくさい にんじん	742	921
29	木	こくとうパン		エビグラタン コンソメスープ フライビーンズ	 こくとうパン	かたくりこ あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、ベーコン エビグラタン、だいず	たまねぎ、セロリ、にんにく パセリ、にんじん	675	757
30	金	ごはん		とりにくのガーリックやき かきなます さつまいものみそしる	 ごはん	さとう さつまいも	ぎゅうにゅう、とりにく、 とうふ、あぶらあげ	にんにく、かき、だいこん、 にんじん、ねぎ	686	851

こんげつの、しもの
やさいとくだもの



じゃがいも



さつまいも



かき

材料等の都合により献立内容が変更することがあります。ご了承下さい。
*おはしは毎日持ってきてください。