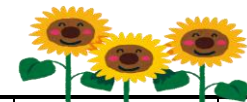




たけうちしょうがっこう きゅうしょくこんだてよていひょう

武内小学校 給食献立予定表(8/26~29まで)



日 ／ 曜	献立名	＜赤の仲間＞おもに体の組織を作る		＜緑の仲間＞おもに体の調子を整える		＜黄色の仲間＞エネルギーのもとになる		調味料	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・果物	穀類・いも類	油脂類・種実類		
25 月	給食なし								
火	おぎ はん ギョウニョウ 麦ご飯 / 牛乳	ギョウ ニク 牛ひき肉	ギョウニョウ /牛乳			おぎ はん 麦ご飯		チャツネ ピューレ	736
	キーマカレー	ぶた ニク だいず 豚ひき肉 大豆	こな 粉チーズ	ピーマン にんじん	たま 玉ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	バター	ルウ ケチャップ ソース	21.2
	シーザーサラダ	ベーコン		トマト にんじん	きゅうり レタス	くろざとう 黒砂糖		ドレッシング	27.1
	ぶどうゼリー					ゼリー			2.9
水	27 ミルクパン / ギョウニョウ		ギョウニョウ /牛乳			パン		ソース さけ ちゅうか 酒 中華だし	649
	や 焼きそば	ぶたにク 豚肉		にんじん ねぎ	たま 玉ねぎ キャベツ もやし	めん 麺	あぶら 油	しお しょう しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ	24.0
	ごぼうサラダ	ソナ		にんじん	ごぼう きゅうり とうもろこし	さとう 砂糖	マヨネーズ ごま	しお しょう しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ	27.7
	なし 梨				なし 梨				2.8
木	28 ごはん / ギョウニョウ		ギョウニョウ /牛乳			ごはん		さけ みりん ちゅうか 酒 みりん 中華だし	590
	ぶた いた 豚キムチ炒め	ぶたにク 豚肉		にんじん にら	たま 玉ねぎ 白菜キムチ	さとう 砂糖 かたくり粉	あぶら 油	しお しょう しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ	23.1
	あお 青のりビーンズ	だいず 大豆	あお 青のり			かたくり粉	あぶら 油	しお 塩	19.3
	ふわふわたまごスープ	たまご 卵		にんじん チンゲン菜	たま 玉ねぎ しめじ 大根	パン粉	ごま油	塩 こしょう しょうゆ 中華だし	2.1
金	29 ごはん / ギョウニョウ		ギョウニョウ /牛乳			ごはん			571
	しろみさかな 白身魚のパン粉焼き	しろみさかな 白身魚	こな 粉チーズ	パセリ	にんにく	パン粉	マヨネーズ	しお しょう さけ 塩 こしょう 酒	26.4
	もやしのそばろ炒め	とり 鶏ひき肉		ピーマン にんじん	もやし	こんにゃく さとう 砂糖	あぶら 油	しょうゆ さけ しょうゆ 酒 みりん	15.7
	なすと厚揚げのみそ汁	あつあ 厚揚げ みそ	に ぼ 煮干し(だし)	にんじん ねぎ	たま 玉ねぎ なす えのき	かたくり粉			2.2

