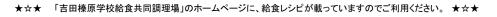
◇ ★ 令和6年度 10月 学校給食献立表<A> 吉田町

			使われている	食品と主なはたらき		エネルギー (Kcal)	か合せ
日	献立名	L	1		I	たんぱく質(g)	┪(学年欠1
Н		きいろ	あか	みどり	おもな調味料	小学校	は含み せん
				体の調子を整えるもとになる食品		中学校	
1	ナン ぎゅうにゅう	ナン	ぎゅうにゅう		<u> </u>	659	
'	キーマカレー	あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが	カレールウ チャツネ ソース スープストック ワイン カレーこ こしょう	22.4	
火)	やきぐりコロッケ	じゃがいも さつまいも くり さとう パンこ こむぎこ でんぷん あぶら			しお	898 28.9	
	キャベツサラダ	あぶら さとう ごま		キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ す		
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			640	
3	ぶたにくのしょうがいため	あぶら さとう	ぶたにく	 たまねぎ しょうが	酒 しょうゆ	26.7	
	ポテトサラダ マヨネーズ	じゃがいも マヨネーズ		きゅうり にんじん	しおこしょう		1
(木)					かつおだし こんぶだし	788 31.1	
	すましじる	でんぷん	とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん ほうれんそう	しょうゆ しお	31.1	
4	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			. 603 24.1	~~
	キャベツメンチカツ	パンこ こむぎこ でんぷん さとう あぶら	ぶたにく とりにく	キャベツ	しお しょうゆ		58
۸.	スパゲッティソテー		ウインナー	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレ コンソメ しお こしょう	814	1
金)	やさいとたまごのスープ	でんぷん	たまご ベーコン	たまねぎ にんじん こまつな	スープストック しお こしょう	30.9	~
	ごはん ぎゅうにゅう	⊒.bb	ぎゅうにゅう	とうもろこし	がらスープ	007	
7		こむぎこ パンこ でんぷん	- / - / -	± +15 +2° 1 , ~ 12°	1 +>	607 24.7	
	にくしゅうまい 	さとう	ぶたにく	たまねぎ しょうが	しお 	24.7	
月)	きゅうりのなんばんづけ	さとう ごまあぶら		きゅうり	しょうゆ す しお とうがらし	772	
•••	あつあげのちゅうかに	ごまあぶら でんぷん さとう	ぶたにく あつあげ	キャベツ たけのこ にんじん しょうが にんにく	酒 ちゅうかスープ しお しょうゆ こしょう	30.3	
	~目の愛護デー~ 10月1	0日の目の愛護デーにち	なみ、目にいいビタミ	ンAを多く含む食品をたくさん	取り入れました。		
•	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	10 _月 1		620 28.1	
8	とりにくとレバーのねぎソースあえ	あぶら さとう でんぷん	とりにく とりレバー	ねぶかねぎ しょうが にんにく	しょうゆ す 酒		
	 ほうれんそうサラダ	あぶら さとう		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	しょうゆ す	760	
火)			とうふ あぶらあげ みそ	上 だいこん たまねぎ こまつな	さばだし にぼしだし	769 § 33.2	VII
		0		こんにゃく	C14/20 12140/20		VVV
9	マーガリンパン ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう	 たまねぎ にんじん セロリー にんにく	ハヤシルウ ケチャップ デミグラスソース こしょう ソース スプブストック しお	643 22.3	
	 チーズオムレツ	さとう でんぷん あぶら	たまご チーズ		がらスープ ワイン す しお		
水)	コールスローサラダ		/_ac / A			879 29.0	
	コールスロードレッシング	こめ おおむぎ あぶら		キャベツ きゅうり とうもろこし	しお こしょう ドレッシング	20.0	
10	わかめごはん ぎゅうにゅう	さとう	わかめ ぎゅうにゅう		しお	643	
	ちくわのカレーあげ	あぶら こむぎこ でんぷん	ちくわ		カレーこ	25.4	
	ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり あかじそ	しお	802	
木)	じゃがいものごもくに	じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく こうやどうふ	たまねぎ にんじん こんにゃく	しょうゆ 酒 みりん	31.6	
			さつまあげ	えだまめ	<u>わふうだし</u>		
	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ギ ゅうにゅう	1.27			
11			ぎゅうにゅう	 たまねぎ ピーマン	ケチャップ ソース しお	618 28.4	
	トマトポークチャップ 	あぶら さとう でんぷん	ぶたにく	トマト にんにく	スープストック こしょう	20.4	
金)	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ マヨネーズ		キャベツ にんじん	しおこしょう	804	
/	やさいとにくだんごのスープ	でんぷん あぶら	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん ほうれんそう	がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 しお こしょう	35.1	L
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			652	
15	 にくだんごのあまずあんかけ	さとう でんぷん パンこ	とりにく ぶたにく	 たまねぎ	しょうゆ す しお	22.7	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん	 	
火)		はるさめ ごまあぶら さとう	ぶたにく あつあげ	キャベツ たまねぎ にんじん	ドレッシング オイスターソース しょうゆ ちゅうかスープ 酒 しお	832 27.7	
		でんぷん		たけのこ ねぶかねぎ しょうが	こしょう		_
16	しょくパン メイプルジャム ぎゅうにゅう	パン メイプルシロップ さとう みずあめ	かんてん ぎゅうにゅう			648	
. 5	カマスフライ	こむぎこ パンこ あぶら	カマス		しお	26.9	
	ー もやしサラダ	さとう ごまあぶら		もやし きゅうり にんじん	しょうゆ す しお とうがらし		1
	T (C) //					808	

食物アレルギー関連の留意点 ・・・・小魚(しらす)や海藻類(海藻、青のり)には、エビなどが混入する場合があります。





[※] 物資の都合により献立が変更になる場合があります。※ 加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細な内容が必要な場合は、学校を通して共同調理場にお問い合わせください。



吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

			使われている	マクトナかけむこも		エネルギー	-1750	
日	献立名	±1,7		る食品と主なはたらき T	I	(Kcal) たんぱく質(g)	「十十八尺	
	1137 💷 🖂	きいろ	あか 体をつくるもとになる食品	みどり 体の調子を整えるもとになる食品	おもな調味料	小学校 中学校	は含みま せん)	
	 ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	体の調子を歪んるしとになる長間		777		
17	あきのカレー	さつまいも あぶら	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん れんこん セロリー しょうが にんにく りんご	カレールウ チャツネ ソース スープストック ワイン	640 23.8		
	にたまご	さとう	たまご	227 3037 12012 702	カレーこ しお こしょう しょうゆ しお かつおだし	776		
木)	やさいのレモンじょうゆあえ	さとう		キャベツ きゅうり もやし レモン	しょうゆ みりん	26.8		
	~ふるさと給食の日「よしき	」 『ランチ」〜 吉田漁港で	」 水揚げされたしらすを干	・ してつくる「ちりめんじゃこ」	└ をソテーに入れました。			
18	ミルクパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう	よしき		608		
	 とりにくのハーブやき	オリーブオイル	とりにく	こんにく ランチ	しおこしょう バジル	- 28.1		
	 じゃこいりビーフンソテー	あぶら ビーフン	 ベーコン ちりめんぼし	キャベツ もやし にんじん	オレガノ ワイン 酒 コンソメ しょうゆ	806		
金)	やさいスープ	でんぷん	ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな	しお こしょう がらスープ コンソメ	35.2		
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	720/102 12/00/0 20/2 0	しょうゆ しお こしょう	0.17		
21				ラギナル 1 トラが		617 27.0		
	とりそぼろ	あぶら さとう	とりにく たまご	えだまめ しょうが きりぼしだいこん ほうれんそう	しょうゆ 酒 しお			
月)	きりぼしだいこんのごまずあえ 	ごま さとう さといも ごまあぶら		もやし にんじん にんじん ごぼう こんにゃく	しょうゆ すしょうゆ みりん しお	766 32.0		
	けんちんじる	でんぷん	とうふ あぶらあげ	はねぎ	こんぶだし かつおだし	32.0		
	~自彊小学校リクエスト給食~ 旬のさつまいもを使った、さつま汁を取り入れました。							
22	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	0,3		626 26.5		
	さばのみりんじょうゆやき	さとう	さば		しょうゆ みりん			
火)	やさいのナムル	ごま ごまあぶら		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ	782		
\)	さつまじる	さつまいも	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	だいこん ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	31.5		
	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			614		
3		でんぷん じゃがいも さとう	ぶたにく とりにく	たまねぎ	ケチャップ しお ソース	27.7		
	かいそうサラダ	あぶら	かいそう	キャベツ きゅうり	ワイン ドレッシング	809		
水)	ナムルドレッシング マカロニのクリームに	マカロニ あぶら		たまねぎ にんじん ほうれんそう	ベシャメルソース コンソメ	34.9		
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	7.24482 1270070 18 74070 (7	しお こしょう			
24				たまねぎ ねぶかねぎ にんにく		621 27.0		
	プルコギ 	さとう ごまあぶら	ぶたにく みそ	しょうが りんご	しょうゆ トウバンジャン	21.0		
	いそかあえ 		<u></u> თს	ほうれんそう もやし にんじん 	しょうゆ	765		
木)	ワンタンスープ	こむぎこ	ベーコン	キャベツ こまつな たまねぎ	がらスープ しょうゆ しお ちゅうかスープ 酒 こしょう	31.6		
_	みかん	(1854)		みかん				
				たこ焼きを取り入れました。		606	吉田中	
25	うどん ぎゅうにゅう 	うどん	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	にんじん こまつな ごぼう	しょうゆ みりん わふうだし	24.6		
	デエノニ じょ っぱ		ふににく めふらめい			ט.ד.ב ן	I	
	ごもくうどんつゆ	でんぷん	かまぼこ	ねぶかねぎ	しお。かつおだし	24.0		
全)	たこやき	でんぶん こむぎこ あぶら あげだま でんぷん みずあめ	かまぼこ たこ たまご 乳	キャベツ ねぎ しょうが	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース	777		
金)		こむぎこ あぶら あげだま			しょうゆ しお ケチャップ			
金)	たこやき	こむぎこ あぶら あげだま でんぷん みずあめ ごま		キャベツ ねぎ しょうが	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース	777 30.0		
	たこやき やさいのたくあんあえ	こむぎこ あぶら あげだま でんぷん みずあめ ごま	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒	777		
28	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとう	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ	777 30.0 635 25.4	. S	
28	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう	777 30.0	W.	
!8	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん むぎこ パンこ さとう でんぷん さとう	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す	777 30.0 635 25.4	Eus Eus	
8	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す から揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう	777 30.0 635 25.4 819 30.9	Eur Eur	
8	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶら	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ 校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す から揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ	777 30.0 635 25.4 819 30.9	Zus	
28 月)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ 校リクエスト給食~ 牧	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウバンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す から揚げを作りました。 しお 酒 しょう ちゅうかスープ	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7	Zur	
·····································	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ ごまこめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学こめ おおむぎ ごまあぶら でんぶん あぶら	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ 校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉の赤茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す から揚げを作りました 。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう	777 30.0 635 25.4 819 30.9	Eus Eus	
 	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「千ャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶらでんぷん あぶら	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ 校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウバンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す から揚げを作りました。 しお 酒 しょう ちゅうかスープ	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7	Zus	
8 3)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ こま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶらでんぷん あぶら さとう ごまあぶら さとり ごまあぶら さといも パン あぶら でんぷん こむぎこ	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ *校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう あじ いとよりだい	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す たから揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう もゅうかスープ 酒 しお こしょう	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7	住書が	
28 月)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「千ャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット やさいサラダ	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶらでんぷん あぶら さとう ごまあぶら さとう ごまあぶら	だこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ 校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉の赤茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ け こしょう しお 酒 しょうゆ す での場けを作りました。 しお 酒 しょうか こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう しょうゆ す とうがらし さばだし にぼしだし しょうゆ しお ポークエキス	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4	住吉久	
188 (199 (199 (199 (199 (199 (199 (199 (たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶら でんぷん あぶら さとう ごまあぶら さとう ごまあぶら さとう ごまあぶら さとう ごまかぶら	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ *校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう あじ いとよりだい	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す たっちゅうかスープ 酒 しお こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう しょうゆ す とうがらし さばだし にぼしだし しょうゆ しお ポークエキス しお こしょう ドレッシング	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4 599 24.3	住吉/	
28 月) 29 火)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「千ャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット やさいサラダ	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ こま こめ ごまあぶら さとう でんぷん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶらでんぷん あぶら さとう ごまあぶら さとり ごまあぶら さといも パン あぶら でんぷん こむぎこ	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ *校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう あじ いとよりだい	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉の赤茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す をから揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう しょうゆ す とうがらし さばだし にぼしだし しょうゆ しお ポークエキス しお こしょう ドレッシング ホワイトルウ スープストック しお こしょう がらスープ	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4 599 24.3	住吉生	
88 19 19 (k)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと絡食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット やさいサラダ	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶら でんぶん あぶら さとう ごまあぶら さとう こまあぶら さといも パン あぶら でんぶん こむぎこ さとう	たこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ ***********************************	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のオネ たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ たまねぎ こまつな にんじん	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す で から揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうか スープ 酒 しお こしょう しょうゆ す どうがらし さばだし にぼしだし しょうゆ しお ポークエキス しお こしょう ドレッシング ホワイトルウ スープストック	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4 599 24.3	住吉八	
88 19 19 (k)	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット やさいサラダ イタリアンドレッシング こまつなのクリームシチュー	こむぎこ あぶら あげだま でんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとう でんぶん あぶら さとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶら でんぶん あぶら さとう ごまあぶら さとう こまあぶら さといも パン あぶら でんぶん こむぎこ さとう	だこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ **校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう あじ いとよりだい とりにく ぎゅうにゅう チーズ	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ たまねぎ ねぶかねぎ	しょうゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうか スープ しょうゆ 古 とうゆ す で	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4 599 24.3	住吉生	
	たこやき やさいのたくあんあえ ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ ~ ふるさと給食の日「チャー キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのおちゃからあげ きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし みそしる ツイストパン ぎゅうにゅう フィッシュナゲット やさいサラギ イタリアンドレッシング こまつなのクリームシチュー ごはん ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら あげだまでんぶん みずあめ ごま こめ ごまあぶら さとう でんぶん こむぎこ パンこ さとうでんぶん あぶらさとう フィンランチ」・榛原中学 こめ おおむぎ ごまあぶらでんぶん あぶらさとう ごまあぶらさといも パン あぶら でんぶん こむぎこさとう	だこ たまご 乳 ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく とりにく こんぶ *校リクエスト給食~ 牧 ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう あじ いとよりだい きんときだい とりにく ぎゅうにゅう チーズ ぎゅうにゅう	キャベツ ねぎ しょうが キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 之原市産の茶を使って鶏肉のお茶 たけのこ にんじん にら キムチ ちゃ しょうが にんにく きゅうり だいこん たまねぎ ねぶかねぎ たまねぎ ねぶかねぎ	しようゆ しお ケチャップ みりん ソース しお トウパンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう しお しょうゆ す で から揚げを作りました。 しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ 酒 しお こしょう さばだし にぼしだし さばだし にぼしだし しょうゆ しお ポークエキス しお こしょう ドレッシング ホワイトルウ スープストックしお こしょう がらスープ ワイン	777 30.0 635 25.4 819 30.9 615 31.7 763 37.4 599 24.3 803 31.5	住吉小	