

令和5年 4月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります


献立名					6 木		7 金	
					ごはん	おやこどん	くろざとうしょくパン	クリームシチュー
エネルギーたんぱく質	小 652 25.6		中 845 37.3		小 630 23.8	中 830 36.5		
献立名	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金			
献立名	ふわっといちご あまなつサラダ むぎごはん ポークカレー	キャバツとツナのサラダ チキンライス ABCスープ	マーシャルビーンズ はるのいろどりサラダ しょくパン スパゲティミートソース	あんじんフルーツ かんみょうのごはん マーボドーフ	フルーツのオレンジソース チキンパテ・きんぴらごぼう バーガーパン にくだんこのケチャップに			
エネルギーたんぱく質	小 662 29.3	中 845 38.6	小 652 26.6	中 843 37.3	小 625 25.6	中 835 37.3	小 640 23.2	中 860 36.5
献立名	17 月	18 火	19 水	20 木	21 金			
献立名	ちゅうかサラダ むぎごはん はっぼうさい	みかんかじゅう チンジャオロース むぎごはん ちゅうかコンスープ	りんごゼリー りんごゼリー しょくパン	やさいサラダ ペンネのデミソース グリーンピースとたけのこごはん はんぺんのすましじる	さけとポテトのオーロラソース とりのてりやき・ゆかりあえ くろざとうしょくパン ごもくうどん			
エネルギーたんぱく質	小 636 24	中 824 29	小 626 30.4	中 832 39.1	小 632 24.8	中 825 34.2	小 645 24.1	中 842 30.3
献立名	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金			
献立名	ぶたみそ むぎごはん にくじゃが	たかなのあぶらいため きよみオレンジ かんみょうのごはん つわとたけのこにももの	ごぼうサラダ こめこしょくパン	とりにくとやさいのあげがらめ さんしょくそぼろごはん しんたまねぎのみそじる	ジャーマンポテト ぜんりゅうふんしょくパン ほうれんそうとたまごのスープ			
エネルギーたんぱく質	小 632 28.4	中 812 29	小 666 30.4	中 872 39.1	小 632 24.8	中 825 34.2	小 632 24.8	中 825 34.2

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える				
6 木	牛乳 細切うどん ごま和え	とりにく たまご	ぎゅうにゅう	こめ あぶら ごま	19 水	牛乳 食パン パンネのデミソース 野菜サラダ りんごゼリー	ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう チーズ くわかめ	パン マカロニ ゼリー	オリーブオイル ごまあぶら ごま	にんじん ブロッコリー	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース キャバツ きゅうり コーン	
7 金	牛乳 黒砂糖パン クリームシチュー フルーツのオレンジソース	とりにく しほはなまめ	ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	パン あぶら	20 木	牛乳 グリーンピースと竹の子ごはん はんぺんのすまし汁 餅とポテトのオーロラソース	とうふ はんぺん さけ	ぎゅうにゅう わかめ	こめ じゃがいも	あぶら マヨネーズ	にんじん ごま えだまめ	たけのこ グリーンピース しいたけ たまねぎ	
10 月	牛乳 ポークカレー 甘夏サラダ ふわっといちご	ぶたにく	ぎゅうにゅう	こめ むぎ じゃがいも	21 金	牛乳 黒砂糖パン 五目うどん 鶏の照り焼き ゆかりあえ	とりにく さつまあげ	ぎゅうにゅう	パン うどん	あぶら	にんじん ねぎ	しいたけ たまねぎ キャバツ きゅうり	
11 火	牛乳 チキンライス ABCスープ キャバツとツナのサラダ	とりにく ベーコン かつお	ぎゅうにゅう	こめ むぎ マカロニ	24 月	牛乳 食パン 肉じゃが 豚みそ	ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	こめ むぎ こんにゃく じゃがいも	あぶら	にんじん にら	たまねぎ グリーンピース	
12 水	牛乳 食パン スパゲティミートソース 智の彩りサラダ マーシャルビーンズ	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	こめ パスタ	25 火	牛乳 上名のごはん つわと竹の子の煮物 野菜の揚げめ 漬物オレンジ	とりにく とうふ うずらのたまご かつおだし	ぎゅうにゅう こんぶ	こめ こんにゃく じゃがいも	ごま あぶら ごまあぶら	にんじん	しいたけ たけのこ つわなぎ きくらげ	
13 木	牛乳 上名のごはん 麻婆豆腐 杏仁フルーツ	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こめ あんじんどうふ	26 水	牛乳 黒砂糖パン ビーフシチュー ごぼうサラダ	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも	あぶら マヨネーズ ごま	にんじん ブロッコリー ごぼう	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース きゅうり コーン	
14 金	牛乳 きんぴらバーガー 肉団子のケチャップ煎	とりにく ぶたにく うずらのたまご	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも マカロニ	27 木	牛乳 三食そばろごはん 新玉ねぎのみそ汁 鶏肉と野菜の揚げがらめ	ぎゅうにく たまご あぶらあげ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	こめ むぎ	あぶら	ねぎ にんじん ピーマン	グリーンピース たまねぎ えのきだけ	
17 月	牛乳 麦ごはん 八宝菜 中華サラダ	ぶたにく うずらのたまご かまぼこ やきぶた	ぎゅうにゅう	こめ むぎ はるさめ	28 金	牛乳 全粒粉食パン ほうれん草と卵のスープ ジャーマンポテト	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも	あぶら マヨネーズ	ほうれん草 パセリ	たまねぎ	
18 火	牛乳 麦ごはん 中華コンスープ 青梗肉餅 みかん果汁	ハム たまご ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	こめ むぎ									



令和5年 6月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります

献立名	1 木		2 金							
	 ごまあえ ゆかりごはん かいかに わりぼしだいこんの パリパリサラダ ぜんりゅうふん しょうパン ごぼういり ペペロンチーノ	617 30.7	835 35.2	600 27.4	810 32.4					
献立名	5 月		6 火		7 水		8 木		9 金	
ホイコーロー むぎごはん ちゅうかつくの のスープ むぎごはん はんぺんの すましじる フランクフルト ジャーマンポテト ホットドッグ ラビオリスープ おしんごあえ むぎごはん ぶたたまどん ちゅうかサラダ はいが しょうパン ちゅんぽん	668 22.9	830 27.5	629 31.2	815 35	606 27.6	843 35.2	617 30.7	835 35.2	600 27.4	810 32.4
献立名	12 月		13 火		14 水		15 木		16 金	
やさいサラダ むぎごはん チキンカレー しそあじひじき きりぼしだいこんのたまごとじ むぎごはん ちくぜんに みかんかじゅう くろざとう しょうパン ビリからフォー たかなのあぶら いため つぼつけわふうサラダ かんみょうの ごはん いりどり うめゼリー さかなフライ・むしキャベツ フィッシュ バーガー やさいの スープに	622 22.6	824 29	638 29.2	854 32.6	637 32	845 30.1	656 23.9	835 34.2	649 24.9	842 30.3
献立名	19 月		20 火		21 水		22 木		23 金	
あじのなんばんづけ くらごめごはん ワンタンスープ むぎごはん マーボードーフ とりのピザソースやき しょうパン さかなつみれの スープ えだまめコーン ごはん なつやさいの みそしる こんさいサラダ こめこパン にくうどん	654 26.7	825 29	606 26.7	814 34.2	673 27.3	864 35.7	610 25	825 34.2	622 20.4	845 34.2
献立名	26 月		27 火		28 水		29 木		30 金	
とりのからあげ だいこんのゆずびたし ごはん なめこの みそしる いわしおかに やさいのばいにくあえ かんみょうの ごはん とりにくととうが のみそに キーマカレー ナン じゃがいもの スープに あじつけのり むぎごはん まつかぜやき みたくさん みそしる フレッシュパイン キャベツとツナのサラダ こめこパン やきぶたラーメン	664 29	812 29	601 26.3	812 32.4	669 23.5	872 36.7	610 25	825 34.2	622 20.4	845 34.2

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる				
1 木	牛乳 ゆかりごはん 開拓系 ごまあえ	ちくわ たまご なまあけ	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	たまねぎ だけのこ グリーンピース ちゆし	こま ごま じゃがいも	牛乳 フィッシュバーガー 野菜のスープレッ ゼリー	ホキ ソーセージ	ぎゅうにゅう ブロッコリー にんじん	キャベツ たまねぎ コーン カリフラワー だいこん しめじ	パン じゃがいも ゼリー	あぶら		
2 金	牛乳 全粒粉食パン ごぼう入りペペロンチーノ 橋下大根のバリバリサラダ	ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん パセリ	たまねぎ しめじ ごぼう ぼしだいこん きゅうり	パン ライむぎ スパゲッティ	牛乳 塩米ごはん ワンタンスープ あじの南蛮漬け	ぶたにく あじ	ぎゅうにゅう にんじん にら	たまねぎ ちゆし だいこん キャベツ さくらげ アサリ コーン	こめ くらごめ ワンタン じゃがいも	あぶら ごま		
5 月	牛乳 おこし 中巻つくねのスープ 豚肉	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ しいたけ	こめ むぎ はるさめ	牛乳 おこし マーボードーフ ほうれんそうのナムル	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	たまねぎ だけのこ しいたけ ちゆし	こめ むぎ	あぶら ごま		
6 火	牛乳 おこし はんぺんのすまし汁 みそカツ 蒸しキャベツ	とうふ はんぺん ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	こめ むぎ	牛乳 塩米パン さかなつみれのスープ 鶏のピザソース焼	ベーコン 塩パン さかなつみれのスープ 鶏のピザソース焼	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん えだまめ パセリ ピーマン トマト	パン	オリーブオイル		
7 水	牛乳 塩米パン ラビオリスープ フランクフルト ジャーマンポテト	ベーコン ガルパンソー ワインナー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん えだまめ パセリ	たまねぎ キャベツ マッシュルーム コーン	パン じゃがいも	牛乳 塩米ごはん 鶏野菜のみそ汁 ゴーヤチャンプルー	あぶらあげ ぶたにく たまご とうふ かつおだし	ぎゅうにゅう にんじん えだまめ かぼちゃ にら	コーン たまねぎ だけのこ にがうり	こめ むぎ	あぶら	
8 木	牛乳 豚たまり おしんごあえ	ぶたにく かまぼこ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ つぼつけ きゅうり だいこん	こめ むぎ こんにゃく	あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ えだまめ	しいたけ たまねぎ だいこん れんこん ごぼう	パン うどん	あぶら ごま	
9 金	牛乳 豚たまり ちゃんぽん 中華サラダ	ぶたにく さつまいも やきぶた	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	キャベツ ちゆし たまねぎ しいたけ きゅうり	パン めん はるさめ	ごまあぶら	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	えのきたけ なめこ ねぎ だいこん ゆず	こめ	あぶら	
12 月	牛乳 チキンカレー 野菜サラダ	とりにく	ぎゅうにゅう くさわかめ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう	にんじん インゲン	だいこん とうが キャベツ きゅうり	こめ こんにゃく じゃがいも	あぶら	
13 火	牛乳 おこし 筑前系 切干大根の卵とじ しそあじひじき	とりにく うすらのたまご ちくわ たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	たけのこ れんこん きぬさや ぼしだいこん	こめ むぎ こんにゃく じゃがいも	あぶら	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん えだまめ パセリ ピーマン	たまねぎ だいこん しめじ	ナン じゃがいも	あぶら	
14 水	牛乳 黒砂糖食パン ビリフォー チャプチェ みかんジュース	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ にら	ねぎ たまねぎ ちゆし たけのこ さくらげ みかんかじゅう	パン クイッティオ はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら	とうふ とりにく たまご	ねぎ にんじん	キャベツ たまねぎ えのきたけ ねぎ	こめ むぎ じゃがいも	ごま	
15 木	牛乳 上名のごはん いりね 湯煎の油揚げ つぼつけ和風サラダ	とりにく さつまいも ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん インゲン	ごぼう たけのこ れんこん つぼつけ きゅうり	こめ じゃがいも こんにゃく	あぶら ごま ごまあぶら	やきぶた ぶたにく かつお	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	キャベツ ちゆし コーン きゅうり パイン	パン めん	ごま あぶら

令和5年 9月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります

	4 月		5 火		6 水		7 木		8 金	
献立名	けいはんのく ↓ がね ← けいはん けいはんスープ		かいそうサラダ ← むぎごはん なつやさいカレー		フルーツのオレンジソース はいがしょくパン さつまいものシチュー		さばのしょうがにさっぱりあえ かんみょうのごはん かぼちゃのみぞしる		コロコロサラダ こめこしょくパン わふうきのこスパゲッティ	
エネルギー	668	830	629	815	606	843	617	835	600	810
たんぱく質	22.9	27.5	31.2	35	27.6	35.2	30.7	35.2	27.4	32.4
	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金					
献立名	ホィコーロー むぎごはん ファイフォアタン		みそカツ むしキャベツ かんみょうのごはん きのこととうふのみぞしる		くろずのさっぱりサラダ たてわりパン ソースやきそば		たかなとひじきのいためもの ぶどう(3つぶ) はたかむぎのごはん ぶたにくととうふのみぞしる		みかかじゅう つぶマスタードサラダ くろざとうしょくパン キャベツとにくだんこのスープ	
エネルギー	622	824	638	854	637	845	656	835	649	842
たんぱく質	22.6	29	29.2	32.6	32	30.1	23.9	34.2	24.9	30.3
	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金					
献立名	敬老の日 ごもくきんぴら ごもくとりめし かいのこじる		てつじんサラダ しょくパン にくだんこのケチャップに		こまつなのこうみあえ むぎごはん おやくどん		こんさいサラダ くろざとうしょくパン カレーうどん			
エネルギー	606	814	673	864	610	825	622	845		
たんぱく質	26.7	34.2	27.3	35.7	25	34.2	20.4	34.2		
	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金					
献立名	くきわかめのごまいため ごはん いりどり		イタリアンサラダ ひじきとベーコンのピラフ ABCスープ		マーシャルピーンズ さわらのガーリックマヨネーズ しょくパン トマトとたまごのスープ		はるさめのすのもの かんみょうのごはん マーボードーフ		おつきみゼリー キャベツとハムのサラダ こめこパン チキンデミシチュー	
エネルギー	664	812	601	812	669	872	610	825	622	845
たんぱく質	29	29	26.3	32.4	23.5	36.7	25	34.2	20.4	34.2

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	
4月	牛乳 鶏飯 がね	たまご とりにく	ぎゅうにゅう にんじん きぬさや ねぎ	しいたけ つぼつけ こめ むぎ	あぶら	牛乳 五目とりめし かいのこ汁 五目きんぴら	とりにく たまご さつまあげ だいす あぶらあげ	ぎゅうにゅう こんぶ にんじん かぼちゃ ねぎ	こほう しいたけ なす たけのこ きぬさや こめ むぎ こんにゃく	あぶら
5火	牛乳 夏野菜カレー 海草サラダ	ぶたにく	ぎゅうにゅう かいそう かぼちゃ トマト ピーマン	たまねぎ なす もやし コーン きゅうり	こめ むぎ	あぶら ごま	ぶたにく うすらのたまご	ぎゅうにゅう ひじき にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン こめ むぎ じゃがいも マカロニ	バター ごま オリーブオイル ねりごま
6水	牛乳 胚芽食パン さつまいものシチュー フルーツのオレンジソース	とりにく しろはなまめ	ぎゅうにゅう にんじん ハセリ	たまねぎ しめじ みかん もち りんご みかんがじゅう	こむぎ さつまいも じゃがいも	あぶら バター	とりにく たまご	ぎゅうにゅう にんじん こまつな	たまねぎ グリーンピース しいたけ こめ むぎ はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら
7木	牛乳 上名のごはん かぼちゃのみぞしる さばの生煮え さっぱりあえ	あぶらあげ さば	ぎゅうにゅう かぼちゃ ねぎ ほうれんそう にんじん	たまねぎ しめじ えのきたけ もやし コーン レモンがじゅう	こめ むぎ	あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ えだまめ こほう	たまねぎ しいたけ たいこん れんこん もやし コーン こめ むぎ うどん	ごま あぶら
8金	牛乳 米粉食パン 和風きのこスパゲッティ コロコロサラダ	ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん こまつな えだまめ	しめじ えのきたけ マッシュルーム たまねぎ コーン きゅうり	こめ こむぎ スパゲッティ じゃがいも	オリーブオイル あぶら	とりにく さつまあげ ハム	ぎゅうにゅう くきわかめ にんじん いんげん	こほう たけのこ れんこん もやし コーン こめ じゃがいも こんにゃく	あぶら ごまあぶら ごま
11月	牛乳 麦ごはん 黄花香 回鍋肉	ハム たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう チンゲンサイ にんじん ピーマン	ねぎ えのきたけ たまねぎ キャベツ	こめ むぎ	ごまあぶら	ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき にんじん ブロッコリー	コーン セロリ グリーンピース たまねぎ キャベツ きゅうり こめ アルファベット マカロニ	バター あぶら
12火	牛乳 上名のごはん きのこ豆腐のみぞしる みそカツ 蒸しキャベツ	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ にんじん	えのきたけ しめじ しいたけ ねぎ たいこん キャベツ	こめ	あぶら ごまあぶら ごま	たまご ベーコン さわら	ぎゅうにゅう こなチーズ トマト ハセリ	たまねぎ こめ むぎ マヨネーズ	
13水	牛乳 縦割りパン ソース焼きそば 黒酢のさっぱりサラダ	ぶたにく ちくわ	ぎゅうにゅう ひじき にんじん ねぎ	たまねぎ もやし キャベツ きゅうり コーン	こむぎ めん	ごまあぶら ごま	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう にんじん ねぎ	たまねぎ たけのこ しいたけ きゅうり もやし こめ はるさめ ごま あぶら	
14木	牛乳 はたかむぎのごはん 豚肉と冬瓜のみぞしる 高菜とひじきのゆめ物 ぶどう	ぶたにく なまあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう こんぶ にんじん いんげん	とうがん たけのこ きくらげ ぶどう	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく	あぶら ごま ごまあぶら	とりにく ハム	ぎゅうにゅう にんじん	たまねぎ しめじ マッシュルーム キャベツ きゅうり こめ こむぎ じゃがいも ゼリー	あぶら
15金	牛乳 黒砂糖食パン キャベツと肉団子のスープ 粒マスタードサラダ みかん果汁	ぶたにく かつお	ぎゅうにゅう にんじん ブロッコリー	キャベツ もやし たまねぎ コーン しいたけ みかんがじゅう	こむぎ はるさめ	ねりごま オリーブオイル				

令和5年 11月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります

献立名	1 水		2 木		3 金					
		スイートポテト つぶマスタードサラダ くろざとうしよくパン 小 698 24.9 中 886 37.3	キャベツとにくだんこのスープ 小 683 29.3 中 860 38.6	ごまあえ おやくどん 小 683 29.3 中 860 38.6	文化の日 小 615 23.2 中 819 36.5					
献立名	6 月		7 火		8 水		9 木		10 金	
	きりほしだいこんのたまごとじ やまだちゅうごはん 小 683 29.3 中 860 38.6	いりどり 小 667 27.8 中 850 38.6	あじのねぎみそやき くりおこわ 小 667 27.8 中 850 38.6	ちゅうかサラダ こめこしよくパン 小 652 26.6 中 845 37.3	ちゃんぽん 小 610 29.9 中 801 36	オムレツのデミソース チキンライス 小 610 29.9 中 801 36	ABCスープ まるパン 小 615 23.2 中 819 36.5	やさいときのこのサラダ ビーフシチュー 小 615 23.2 中 819 36.5		
献立名	13 月		14 火		15 水		16 木		17 金	
	けいはんのくがね いなほもんごはん 小 636 24 中 824 29	けいはんのスープ 小 660 24.3 中 856 29.8	ほしだいこんのもの かかしごはん 小 660 24.3 中 856 29.8	とんじる 小 626 30.4 中 832 39.1	キヤベツとツナのサラダ こめこしよくパン 小 626 30.4 中 832 39.1	きのこのクリームスパゲティ 小 610 24.8 中 810 34.2	ホイコーロー むぎごはん 小 610 24.8 中 810 34.2	ビーフンスープ 小 654 30.8 中 845 30.3	ぶどうゼリー こんさいサラダ 小 654 30.8 中 845 30.3	
献立名	20 月		21 火		22 水		23 木		24 金	
	ほしだいこんとツナのごまいため キツネすし 小 654 24.5 中 835 34.5	はくさいとさかなつみれのスープ 小 610 29.9 中 801 36	みかん こまつなのおかかいため かんみょうのごはん 小 610 29.9 中 801 36	おでん 小 626 30.4 中 832 39.1	アップルポンチ ぜんりゅうふんしよくパン 小 626 30.4 中 832 39.1	さつまいものシチュー 小 610 24.8 中 810 34.2	キンロウカンシヤ 勤労感謝の日 小 610 24.8 中 810 34.2	ツナとコーンのソテー ポークビーンズ 小 654 30.8 中 845 30.3		
献立名	27 月		28 火		29 水		30 火			
	ひじきサラダ ハヤシライス 小 661 24.1 中 860 26.7	小 610 29.9 中 801 36	パンサンスー ごはん 小 610 29.9 中 801 36	チャージャンドーフ 小 666 27.3 中 834 37.3	さかなフライ・むしキャベツ フィッシュバーガー 小 666 27.3 中 834 37.3	かぼちゃのベーコンに 小 610 29.9 中 801 36	ぎゅうにくとだいのべっこうに かんみょうのごはん 小 610 29.9 中 801 36	ふたにくとさといものみそしる		

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる		日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる	
1 水	牛乳 鶏卵焼皮ハン キャベツと肉団子のスープ つぶマスタードサラダ スイートポテト	ふたにく かつお	ぎゅうにく	にんじん ブロッコリー	キャベツ たねねぎ しいたけ もやし コーン	ハン はるさめ さつまいも	ごま オリブオイル	16 木	牛乳 豆ごはん ビーフンスープ 魚卵	ふたにく	ぎゅうにく	にんじん にら ピーマン	ねぎ たまねぎ もやし キャベツ きくらげ	ごめ おぎ ビーフン	あぶら ごま ごま油
2 木	牛乳 親子どんぶり ごまおえ	とりにく たまご	ぎゅうにく	にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリーンピース しいたけ もやし	ごめ むぎ	あぶら ごま	17 金	牛乳 黒砂糖焼皮ハン 肉うどん 根菜サラダ ぶどうゼリー	さつまいも ふたにく	ぎゅうにく	にんじん ほうれんそう はなご えだまめ	しいたけ たまねぎ だいこん れんこん ごぼう	ごめ うどん ゼリー	あぶら ごま
6 月	牛乳 山田中ごはん いりどり ゆず大根の卵とじ	とりにく さつまいも たまご ふたにく	ぎゅうにく	にんじん インゲン	ごぼう だけのこ れんこん ほしだいこん	ごめ むぎ じゃがいも こんにゃく	あぶら ごま	20 月	牛乳 黒砂糖焼皮ハン 肉うどん 根菜サラダ ぶどうゼリー	あぶら ふたにく さつまいも かまぼこ	ぎゅうにく	にんじん えだまめ ほうれんそう	しいたけ はくさい たまねぎ コーン ほしだいこん	ごめ ごま	あぶら
7 火	牛乳 菜の花 根菜ごめ汁 あじのねぎみそやき	とりにく ふたにく さつまいも あじ	ぎゅうにく	にんじん はなご	ごぼう れんこん だいこん ねぎ	ごめ もちごめ むぎ じゃがいも くり	ごま あぶら ごま	21 火	牛乳 豆ごはん おでん 小根菜のおかかいため みかん	さつまいも さつまいも ちくわ さつまいも	ぎゅうにく ごま	にんじん こまつな	だいこん もやし みかん	ごめ むぎ じゃがいも しゃがいに	ごま あぶら
8 水	牛乳 鶏卵焼皮ハン ちゃんぽん 中華サラダ	ふたにく さつまいも やきふた	ぎゅうにく	にんじん はなご	キャベツ もやし たまねぎ しいたけ きくらげ	ハン チャンポン はるさめ	ごま あぶら	22 水	牛乳 黒砂糖焼皮ハン 肉うどん 根菜サラダ ぶどうゼリー	とりにく しるはなまめ	ぎゅうにく なまぐり チーズ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しいたけ れんこん ごぼう	ごめ ハン ライむぎ さつまいも	あぶら
9 木	牛乳 チキンライス オムレツのデミソース ABCスープ	とりにく たまご ベーコン	ぎゅうにく	にんじん	たまねぎ グリーンピース キャベツ セロリ	ごめ むぎ マカロニ	バター	24 金	牛乳 豆ごはん ホークビーンズ ツナとコーンのソテー リンゴジャム	ふたにく たいさ かつお	ぎゅうにく チーズ	にんじん インゲン えだまめ	たまねぎ ごぼう コーン	ごめ じゃがいも りんごジャム	ごま
10 金	牛乳 丸ハン ビーフシチュー 野菜ときのこのサラダ	ぎゅうにく	ぎゅうにく	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリーンピース キャベツ しいたけ もやし ごぼう	ハン しゃがいに	あぶら	27 月	牛乳 ハヤシライス ひじきサラダ	ぎゅうにく	ぎゅうにく チーズ	にんじん えだまめ	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース きくらげ コーン	ごめ むぎ じゃがいも	あぶら ごま
13 月	牛乳 電気の鶏 がね	たまご とりにく	ぎゅうにく	にんじん きぬさや はなご	しいたけ ハハイヤブタ	ごめ むぎ	キャノーラあぶら	28 火	牛乳 ごはん 常備菜 ハンバーグ	ふたにく ふたにく とうふ	ぎゅうにく	にんじん にら	たまねぎ しいたけ だけのこ きくらげ	ごめ はるさめ	あぶら ごま
14 火	牛乳 かかしごはん 唐汁 ゆず大根の卵とじ	かつお ふたにく とりにく さつまいも あぶらあげ	ぎゅうにく	にんじん はなご	しいたけ だけのこ ごぼう だいこん ほしだいこん	ごめ むぎ さつまいも さといも こんにゃく	あぶら	29 水	牛乳 フィッシュバーガー かぼちゃのベーコン	はなご ベーコン とりにく	ぎゅうにく	かぼちゃ にんじん	キャベツ しめじ たまねぎ グリーンピース マッシュルーム	ハン じゃがいも	あぶら
15 水	牛乳 おのりごはん きのこのクリームスパゲティ キャベツとツナのサラダ	ベーコン しるはなまめ かつお	ぎゅうにく なまぐり	にんじん	たまねぎ グリーンピース キャベツ しいたけ もやし ごぼう	ハン スパゲティ	オリブオイル あぶら	30 木	牛乳 止まごはん 野菜と豆腐のみそ汁 牛乳と大根のべっこう	ふたにく あぶらあげ ぎゅうにく	ぎゅうにく	にんじん	だいこん	ごめ さといも こんにゃく	あぶら

令和5年 12月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります

献立名	4月		5火		6水		7木		8金	
	 はるさめのすのもの むぎごはん マーボードーフ	 いわしのしょうがに くるごめごはん たんごじる	 タンドリーチキン ミニトマト しょうパン ふゆやさいの クリームに	 みかん むぎごはん すきやき	 ムース ハンパンジー ぜんりゅうふん しょうパン たんたんめん	小 627 23.8	中 831 36.5			
献立名	11月		12火		13水		14木		15金	
	 ふゆやさいサラダ わかめごはん いしかりなべ	 チャプチェ むぎごはん キムチチゲ	 キャベツとあまなつのサラダ こめこ しょうパン にくだんごの ケチャップに	 マカロニグラタン ドリア はくさいとにく だんごのスープ	 つぶマスタードサラダ くらざとう しょうパン ほうとう	小 636 24	中 824 29			
献立名	18月		19火		20水		21木		22金	
	 イタリアンサラダ ビーフカレー	 りんご たかなのあぶらいため かんみょうの ごはん にくみそおでん	 セレクトケーキ フライドチキン ブロッコリーのソテー ロールパン ミネストローネ	 かぼちゃのそぼろに みしじまい はるさめ シイモン	 シュウキョウシキ 終業式	小 632 24.4	中 812 29			

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
1金	牛乳 全粒粉食パン 担々麺 パンパンジー ムース	ふたにく とり	ぎゅうにゅう	パン ちゅうかめん ムース	13水	牛乳 米麹食パン 肉団子のケチャップ煮 キャベツと甘夏サラダ	ふたにく うずらのたまご	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも マカロニ
4月	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 春雨の酢の物	ふたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ はるさめ	14木	牛乳 チキンライス 白菜と肉団子のスープ マカロニグラタン	とり ハム	ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	こめ むぎ マカロニ
5火	牛乳 黒米ごはん 団子汁 いわしの生銀煮	とり あひらあげ いわし	ぎゅうにゅう	こめ くろごめ しらたまもち	15金	牛乳 黒米食パン ほうとう 鮎マスタードサラダ	ふたにく かつお	ぎゅうにゅう	パン うどん
6水	牛乳 食パン 冬野菜のクリーム煮 タンドリーチキン ミニトマト	とり	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも	18月	牛乳 ビーフカレーライス イタリアンサラダ	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう チーズ	こめ むぎ じゃがいも
7木	牛乳 麦ごはん すきやき 豚みそ みかん	とうふ ふたにく	ぎゅうにゅう	こめ はだかむぎ こんにゃく	19火	牛乳 上名のごはん 肉みそおでん 蕎麦の油揚げ りんご	とり うずらのたまご ちくわ なまあげ	ぎゅうにゅう	こめ さといも こんにゃく
8金	牛乳 バーガーパン トマトと卵のスープ ハンバーグのデミソース ポイルキャベツ ヨーグルト	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	パン あひら	20水	牛乳 テーブルロールパン ミネストローネ フライドチキン ブロッコリーのソテー セレクトケーキ	ベーコン ガルパンソー とり	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも
11月	牛乳 わかめごはん 石狩鍋 冬野菜サラダ	さけ ふたにく ウインナー	ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく じゃがいも	21木	牛乳 みしじまい 香梅シイモン かぼちゃのそぼろ煮	ふたにく とり たまご	ぎゅうにゅう	こめ むぎ はるさめ
12火	牛乳 麦ごはん キムチチゲ チャプチェ	ふたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ トッポギ はるさめ					あひら



令和6年 2月学校給食予定献立表 山田小・北山小・山田中

*牛乳は毎日あります

献立名					1 木		2 金			
					わふうおろしハンバーグ	せつぶんまめ イワシのオニオンガーリック				
エネルギーたんぱく質			あいらのつぼづけごはん	はんぺんのすましじる	こめごはん	だいこんのポトフ				
	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金					
献立名	はるさめのすのもの	すなぎもとポテトのカミカミあげ	フランクフルト ジャーマンポテト	きりほしだいこんのたまごとし	キャベツとツナのサラダ					
エネルギーたんぱく質	むぎごはん 小 662 29.3	キムチチゲ 中 845 38.6	とりごぼうおこわ 小 650 27.8	なめこのみそしる 中 850 38.6	ホットドッグ 小 652 26.6	やさいのスープに 中 845 37.3	いなほもんごはん 小 610 29.9	ふきよせじる 中 811 36	くろざとうしょくパン 小 640 23.2	たんたんめん 中 860 36.5
	12 月	13 火	14 水	15 木	16 金					
献立名	振替休日 (建国記念の日)	みそかつ・むししゃべつ	チョコジャム ↓ しょうパン	ちゅうかサラダ ピリからフォー	ほうれんそうのこうみあえ たにんどん	やきプリンタルト もやしのだんごあえ				
エネルギーたんぱく質		ごはん 小 660 24.3	きのこととうふのみそしる 中 865 29.8	しょうパン 小 645 24.1	ピリからフォー 中 842 30.3	きなこあげパン 小 666 30.4	にくうどん 中 872 39.1			
	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金					
献立名	てつじんサラダ ← ビーフカレー	みかん いなほもんごはん	ぶたみそ のっぺいじる	ツナとコーンのソテー こめごはん	ホイコーロー むぎごはん	テンノウタツジョウビ 天皇誕生日				
エネルギーたんぱく質	小 632 28.4	中 812 29	小 610 29.9	中 811 36	小 626 30.4	中 832 39.1	622 22.6	824 29		
	26 月	27 火	28 水	29 木						
献立名	ごまあえ むぎごはん	ココロステーキ キャベツのソテー	キャベツとあまなつのサラダ ぜんりゅうふんしょうパン	おむすびのり たかなときくらげのいためもの かんみょうの ごはん						
エネルギーたんぱく質	小 661 24.1	中 860 26.7	小 635 29.9	中 862 36	小 654 30.8	中 865 30.3	小 625 25.6	中 835 37.3		

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える	
1 木	牛乳 始良のつぼづけごはん はんぺんのすまし汁 和風おろしハンバーグ	ベーコン とうふ はんぺん	ぎゅうにゅう わかめ	こめ むぎ	ごまあぶら ごま	にんじん いんげん ごま たまねぎ だいこん	つぼづけ ただけの たまねぎ だいこん	16 金	牛乳 きなご揚げパン 肉うどん もやしのさっぱりあえ 焼きプリンタルト	きなご さつまあげ ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	パン うどん ごま	あぶら ごま	にんじん ほうれんそう ねぎ	しいたけ たまねぎ ちやし コーン レモンかじゅう
2 金	牛乳 黒糖パン 稲島大根のポトフ いわしのオニオンガーリック 卵分豆	ウィンナー いわし だいず	ぎゅうにゅう	パン じゃがいも	あぶら	にんじん ほうれんそう パセリ	たまねぎ だいこん	19 月	牛乳 ビーフカレー 餅入サラダ	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう ひじき	こめ むぎ じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら オリーブオイル	にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン
5 月	牛乳 麦ごはん キムチチゲ 春雨の酢の物	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ トッポギ はるさめ	ごまあぶら ごま	にんじん	はくさい だいこん えのき しめじ きゅうり もやし きくらげ	20 火	牛乳 上名のごはん のっぺい汁 豚みそ みかん	とりにく なまあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう	こめ さといも じゃがいも	あぶら	にんじん にら	えのき ただけ しいたけ みかん
6 火	牛乳 鶏ごぼうおこわ なめこのみそ汁 餅とポテトのかきみ揚げ	とりにく とうふ すなぎも	ぎゅうにゅう わかめ	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	にんじん インゲン	ごぼう しいたけ えのき しめじ ねぎ だいこん	21 水	牛乳 米粉パン クリームシチュー ツナとコーンのソテー	とりにく しるはなまめ かつお	ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	パン	マヨネーズ ごま	にんじん ほうれんそう えだまめ	たまねぎ しめじ マッシュルーム コーン ごぼう
7 水	牛乳 だてわりパン 野菜のスープ煮 フランクフルト ジャーマンポテト	ウィンナー ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	パン じゃがいも	あぶら	ブロッコリー にんじん パセリ	たまねぎ コーン カリフラワー だいこん じめじ	22 木	牛乳 麦ごはん 黄豆湯 回鍋肉	ハム たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ にんじん ピーマン	ねぎ えのき たまねぎ キャベツ	こめ むぎ	ごまあぶら
8 木	牛乳 いなほもんごはん 炊き寄せ汁 切干大根の餅とし	とりにく たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	こめ さといも くり	あぶら	にんじん ねぎ	しめじ えのき ただけ ほしだいこん	26 月	牛乳 麦ごはん 落花生 ごま和え	ぎゅうにく ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ	あぶら ごま ごまあぶら	にんじん にら ほうれんそう	たまねぎ しいたけ ただけの こ もやし
9 金	牛乳 黒砂糖食パン 担々麺 魚のオイスター焼き	ぶたにく ぎゅうにく かつお	ぎゅうにゅう	パン めん	ねりごま ごま ごまあぶら マヨネーズ	にんじん チンゲンサイ ねぎ ほうれんそう きゅうり	もやし ただけの しいたけ	27 火	牛乳 麦ごはん じゃが芋のみそ汁 ココロステーキ キャベツのソテー	あぶらあげ ぎゅうにく	ぎゅうにゅう わかめ	こめ じゃがいも マーマレード	オリーブオイル あぶら	にんじん ねぎ	たまねぎ えのき ただけ アップルソース キャベツ コーン
13 火	牛乳 ごはん きのこ豆腐のみそ汁 みそかつ 蒸しキャベツ	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	こめ	ごま ごまあぶら あぶら	にんじん	えのき しめじ しいたけ ねぎ だいこん キャベツ	28 水	牛乳 全粒粉食パン ペンネのポロネーゼ キャベツと甘藷のサラダ	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	パン ライむぎ ペンネ	オリーブオイル あぶら	にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ あまなつ
14 水	牛乳 食パン ピリ辛フォー 中華サラダ マーシャルピーンズ	ぶたにく ゆきぶた	ぎゅうにゅう	パン クイッティオ はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら	にんじん チンゲンサイ	ねぎ たまねぎ きくらげ キャベツ きゅうり	29 木	牛乳 上名のごはん 鶏と大根の煮物 高菜ときくらげの炒め物 おむすびのり	とりにく さつまあげ かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにゅう のり	こめ こんにゃく じゃがいも	ごま ごまあぶら あぶら	にんじん インゲン	だいこん きくらげ
15 木	牛乳 他人牌 ほうれん草の香味あえ	ぶたにく かまぼこ たまご	ぎゅうにゅう	こめ むぎ こんにゃく	あぶら ごま ごまあぶら	にんじん ねぎ ほうれんそう	たまねぎ しいたけ								