



日	予定献立表	主な使用食材				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		体の組織を作る	体の熱や力になる	体の調子を整える	その他	
10 金	カレーライス	豚肉	米,米粒麦,油,じゃがいも,小麦粉,はちみつ	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム	こしょう,カレー粉,とりから,塩,トマトピューレー,ケチャップ,中濃ソース,しょうゆ,ガラムマサラ	806 23.7
	海藻サラダ	海藻ミックス	はちみつ,サラダ油	キャベツ,きゅうり,にんじん,たまねぎ	うすくちしょうゆ,塩,酢	
	あけぼのゼリー	粉寒天	上白糖	にんじん,みかん缶,オレンジジュース		
13 月	黒砂糖パン		黒砂糖パン			742 35.8
	マカロニミートグラタン	鶏肉,大豆,レンズまめ,ピザチーズ	油,上白糖,マカロニ,パン粉	にんにく,たまねぎ,にんじん	ケチャップ,トマトピューレー,塩,こしょう	
	春野菜のスープ煮	ベーコン,豚肉,レンズまめ	油,じゃがいも	セロリ,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,キャベツ,こまつな	とんこつ,塩,こしょう,しょうゆ	
14 火	麦ごはん		米,押麦			738 34.1
	いかのかりん揚げ	いか	あげ油,てんぷん	しょうが汁	清酒,塩,しょうゆ	
	青菜と糸寒天の和え物	耐熱糸寒天,糸削り	上白糖	こまつな,もやし,にんじん	厚けずり,しょうゆ	
15 水	新玉ねぎのかきたま汁	鶏卵	てんぷん	たまねぎ,えのきたけ,ねぎ,こまつな	だし昆布,厚けずり,塩,しょうゆ	746 27.1
	たけのこごはん	鶏肉,油揚げ	米,もち米	たけのこ,にんじん,さやえんどう	だし汁,うすくちしょうゆ,塩,清酒,みりん	
	野菜のうま煮	豚肉	油,こんにゃく,じゃがいも,上白糖	しょうが,たまねぎ,にんじん,干しいたけ,たけのこ,さやいんげん	清酒,だし昆布,厚けずり,しょうゆ	
16 木	豆乳ごまプリン	粉寒天,豆乳,牛乳調理用,生クリーム	上白糖,ねりごま,黒砂糖			711 27.3
	わかめうどん	豚肉,油揚げ,生わかめ	油,上白糖,ごま油,冷凍うどん,サラダ油	たまねぎ,にんじん,だいこん,ねぎ,こまつな	清酒,だし昆布,厚けずり,みりん,しょうゆ,塩,七味唐辛子	
	野菜のごましょうゆかけ		白ごま,上白糖	キャベツ,もやし,こまつな	だし汁,しょうゆ	
17 金	よもぎだんご	きな粉	白玉粉,上新粉,上白糖	よもぎ	塩	734 30.6
	親子丼	鶏肉,かまぼこ,鶏卵	米,米粒麦	たまねぎ,こまつな	みりん,厚けずり,しょうゆ,塩	
	ごま酢あえ	生わかめ	白ごま,上白糖,サラダ油	もやし,にんじん,きゅうり	しょうゆ,酢,だし汁	
20 月	カラマンダリン			カラマンダリン		774 35.5
	ごはん		米			
	鮭の西京みそ焼き	鮭,西京みそ	液体塩こうじ	しょうが汁	しょうゆ,みりん,清酒	
21 火	ひじきの炒め煮	鶏肉,干ひじき,油揚げ	油,つきこんにゃく,上白糖	にんじん,えだまめ	だし汁,みりん,しょうゆ	712 27.9
	利休汁	油揚げ,白みそ	こんにゃく,ねりごま	たまねぎ,だいこん,ねぎ,こまつな	だし昆布,厚けずり	
	ごま風味つけ麺	豚肉,赤みそ,白みそ	油,上白糖,ねりごま,白ごま,ごま油,むし中華めん	しょうが,たまねぎ,にんじん,たけのこ,干しいたけ,キャベツ,ねぎ,こまつな	清酒,だし昆布,厚けずり,しょうゆ,みりん	
22 水	中華風パリパリサラダ		あげ油,ワタンの皮,サラダ油,ごま油,上白糖	キャベツ,にんじん,きゅうり	塩,しょうゆ,ラー油,酢	782 33.4
	バナナ		上白糖	バナナ		
	照り焼きツナトースト	ツナ,ピザチーズ	無塩食パン,油,エッグケアマヨ,上白糖,てんぷん	たまねぎ,コーン	しょうゆ,パセリ	
23 木	ミネストローネ	ベーコン,豚肉,ひよこ豆	油,じゃがいも,マカロニ	セロリ,たまねぎ,トマト,ホールトマト	とんこつ,ローリエ,塩,こしょう,バジル粉	812 35.4
	アロエ入りフルーツヨーグルトかけ	ヨーグルト,脱脂粉乳		黄桃缶,みかん缶,パイナップル,アロエ缶		
	ごまごはん		米,米粒麦,白ごま			
24 金	豆腐入り卵焼き	鶏肉,木綿豆腐,鶏卵	油,上白糖	しょうが,たまねぎ,にんじん,干しいたけ,こまつな	塩,しょうゆ	832 35.0
	磯香あえ	きざみのり		キャベツ,もやし,にんじん,こまつな	だし汁,しょうゆ	
	変わり肉じゃが	豚肉,凍り豆腐	油,つきこんにゃく,じゃがいも,上白糖	たまねぎ,にんじん,たけのこ,さやいんげん	清酒,しょうゆ,厚けずり,だし昆布,塩,しょうゆ	
27 月	マーボー豆腐丼	豚ひき肉,豚レバーチップ,赤みそ,豆腐	米,米粒麦,油,上白糖,てんぷん	にんにく,しょうが,ねぎ,たまねぎ,にんじん,たけのこ,こまつな	しょうゆ,清酒,とんこつ,とりから,ケチャップ,トウバンジャン	866 39.5
	野菜の中華風ドレッシング		ごま油,上白糖	キャベツ,こまつな,にんじん,もやし,にんにく,ねぎ	しょうゆ,スープ,ラー油	
	パイナップル			パイナップル		
28 火	セサミトースト		無塩食パン,バター,ねりごま,はちみつ,白ごま			850 33.9
	レバーポテトハニーマスタード	豚レバー	あげ油,じゃがいも,てんぷん,米粉,油,はちみつ	しょうが,にんにく	しょうゆ,清酒,しょうゆ,粒入りマスタード,こしょう	
	クリームパスタスープ	ベーコン,鶏肉,ひよこ豆,あさり,牛乳調理用,脱脂粉乳,生クリーム	油,マカロニ,米粉	にんにく,セロリ,たまねぎ,にんじん,エリンギ,こまつな	白ワイン,とりから,ローリエ,塩,こしょう	
30 木	シーフードスパゲッティ	豚ひき肉,いか,ペビーほたて,あさり	スパゲティ,サラダ油,油,小麦粉	セロリ,にんにく,たまねぎ,にんじん,ホールトマト,ピーマン	赤ワイン,とんこつ,ウスターソース,ケチャップ,塩,こしょう,白ワイン	708 29.2
	アスパラ入りサラダ		はちみつ,サラダ油	キャベツ,にんじん,きゅうり,アスパラガス	塩,からし粉,湯,酢	
	あしたばチョコチップケーキ	白いんげん,牛乳調理用,鶏卵	小麦粉,上白糖,油,バター,チョコチップ	あしたば粉末	ベーキングパウダー	
30 木	パエリア	鶏肉,いか,ペビーほたて,あさり	米,押麦,油	にんにく,たまねぎ,マッシュルーム,にんじん,ピーマン	ターメリック,スープ,塩,こしょう,白ワイン	708 29.2
	ソパ・デ・アホ	ベーコン,豚肉,鶏卵,粉チーズ	油,食パン,オリーブ油	にんにく,たまねぎ,にんじん,エリンギ,コーン,こまつな	白ワイン,とんこつ,とりから,塩,こしょう,「リッカバ」 ダマ,バジル粉	
	アロエ入りフルーツカクテル		上白糖	パイナップル,みかん缶,黄桃缶,アロエ缶	白ワイン	

入学・進級 おめでとうございます

★身じたくを整える★

つめは短く切っておきます。
当番は、髪の毛を帽子にいれ、
白衣のボタンもしっかり
とめましょう。



★しっかり手洗い★

指の間までいねいに手を洗い、清潔なハン
カチで拭きます。
手を洗った後は髪の毛などを
触らないようにしましょう。



白衣の洗濯のお願い

給食当番の人は、週の最終日に、白衣・帽
子・袋を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をして
いただき、週明けには必ず白衣を持たせてく
ださいようご協力をお願いいたします。



給食費について

学校給食の実施にあたっては、原材料の高騰に
対応しながら、食材の厳選・献立の工夫など様々
な内部努力を重ねることで、安全で安心な学校
給食の提供に努めております。
給食費は、令和8年度についても全額公費負
担(保護者負担なし)となります。