





日	曜日	献立名	つかわれているたべもの			エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)			
			おもにからだをつくる赤のたべもの	おもにからだのちょうしをととのえる緑のたべもの	おもにエネルギーのもとになる黄色のたべもの					
10	水	ミニパン 牛乳 やきそば あげきょうざ マーシャルビーンズ (チョコクリーム)	ぶたにく あげはん ぶたミンチ	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん ねぎ にら キャベツ たまねぎ もやし しいたけ しょうが にんにく	パン やきそばめん きょうざのかわ マーシャル ビーンズ	てんかす あぶら	683	23	
11	木	ごはん ぶたキムチ ユイミタン (ちゅうかたまごスープ)	ぶたにく とりミンチ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん にら ねぎ おろしにんにく おろししょうが たまねぎ ちりめん ホールコーン クリームコーン	ごはん でんぶん さとう	しろごま ごまあぶら あぶら	628	26	
12	金	ごはん さばのたつたあげ はりほりつけ けりきじる	さば あぶらあげ みそ	しおこんぶ しらすほし ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ おろしにんにく おろししょうが きりほしだいこん たまねぎ	ごはん さとう ごめこ でんぶん さつまいも	あぶら	651	24	
15	月	ごはん チキンカレー フルーツポンチ 	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん おろししょうが おろしにんにく たまねぎ りんご グリーンピース みかんかん パインかん おうとうかん	ごはん じゃがいも	あぶら	651	18	
16	火	ごはん マーボーどうふ もやしのちゅうかサラダ	ぶたミンチ どうふ ハム あかみそ みそ	しらすほし ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ おろししょうが おろしにんにく ほししいたけ たまねぎ もやし きゅうり	ごはん さとう でんぶん	白ごま ごまあぶら あぶら	613	24	
17	水	パン クリームシチュー フレンチサラダ	とりにく ハム	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん はくさい たまねぎ キャベツ きゅうり ホールコーン	パン さとう さつまいも	あぶら	547	23	
18	木	ごはん ホキのマヨコーンやき ぶたじる	ホキ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ パセリ たまねぎ ホールコーン だいこん こんにゃく	ごはん さつまいも	マヨネーズ	606	24	
19	金	ごはん カラフルポーク わかめスープ	ぶたにく かまぼこ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな おろししょうが ホールコーン たまねぎ かいわれだいこん	ごはん でんぶん さとう	あぶら 白ごま ごまあぶら	600	22	
22	月	わかめごはん まごわやさしいのもの かきたまじる	とりにく だいたす ちくわ たまご	わかめ いとこんぶ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく ほししいたけ さやいんげん たまねぎ えのきだけ	ごはん じゃがいも さとう でんぶん	白ごま ごまあぶら	586	21	
23	火	ごはん さわらのてりやき キャベツのいそかあえ 4がつのみそじる	さわら あつあげ みそ	のり けずりぶし しらすほし ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ キャベツ もやし たまねぎ おろししょうが	ごはん さとう	あぶら	587	26	
24	水	リッチパン ヨーグルト とりからレモン そえやさい (ブロッコリー) ABCコンソメスープ おたんじょうびデザート 	とりにく ベーコン	のちヨーグルト	にんじん キャベツ ブロッコリー たまねぎ レモンかじゅう おろししょうが	リッチパン さとう でんぶん じゃがいも マカロニ	あぶら	900	31	
25	木	ごはん スタミナぶたどん パンパンジー	ぶたにく あぶらあげ ささみ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら おろししょうが おろしにんにく たまねぎ もやし きゅうり	ごはん さとう でんぶん	ねりごま しろごま あぶら ごまあぶら	751	34	
26	金	ごはん にくじゃが ブロッコリーのサラダ	ぎゅうにく ハム	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー たまねぎ こんにゃく さやいんげん キャベツ	ごはん さとう じゃがいも	あぶら マヨネーズ	815	23	
29	月	昭和の日 								
30	火	ごはん さかなそぼろ わかだけじる おうとうかん	まぐろフレーク たまご	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ さやいんげん だけのこ たまねぎ おうとうかん	ごはん		742	27	

※物質の納入状況により、献立や食材を変更することがあります。ご了承ください。

今月の給食費  
1年生 260(円) × 11(回) = 2,860(円)  
2年生以上 260(円) × 14(回) = 3,640(円)



人を良くすると書いて「食」  
～学校給食の目標～



**今年度もよろしくお願いたします**

今年度11人の調理員と、栄養教諭で衛生管理につとめ、安心、安全、そしておいしい給食づくりに努めてまいります。給食運営に必要な経費には、食材料費はもちろんですが、消耗品費、光熱水費、人件費などもあります。保護者のみなさんには、その中の食材料費のみを「学校給食費」としてご負担いただいております。

今年度、本校の給食費は1食あたり260円となります。

**学校給食の目標**

毎日の食事について、自分でも考え、判断して食べられるようになる。

適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む。

食べることの大切さや喜びを知る。

給食を手本に正しい食べ方を学ぶ。

いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。

他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。

食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝える。