
















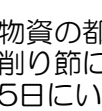
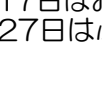


日	予定献立	主に 体をつくる (赤色の食品)	主に 熱や力のもと (黄色の食品)	主に 体の調子を整える (緑色の食品)	幼稚園	稲取小	熱川小	稲取中	熱川中	エネルギー 上:幼稚園 中:小学校 下:中学校				
30 金	むぎごはん 	牛乳 なつやさいカレー ごまドレッシングあえ ふくじんづけ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		×	○	○	×	○	412			
			とりにく	あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん なす かぼちゃ にんにく									
				さんおんとう あぶら ごま	ほうれんそう キャベツ コーン									
				さとう	だいこん きゅうり しょうが なす れんこん しそ									
2 月	しょくパン 	牛乳 タンドリーチキン ごぼうサラダ やさいスープ メイプルジャム	ぎゅうにゅう	しょくパン		×	○	○	○	○	299			
			とりにく	ヨーグルト	にんにく しょうが									
				ツナ	ごぼう きゅうり にんじん									
				ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう									
				かんでん	みずあめ さとう メイプルシロップ									
3 火	むぎごはん 	牛乳 マーボー豆腐 のざわなまんじゅう パンサンスウ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	390			
			ぶたにく	とうふ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく									
			ぶたにく	とりにく こんにゃく だいず	キャベツ たまねぎ									
			はるさめ	さんおんとう ごまあぶら	きゅうり にんじん キャベツ もやし									
4 水	うどん 	牛乳 さつまいもコロケ ツナあえ カレーなんばん	ぎゅうにゅう	うどん		○	○	○	○	○	360			
			だいず	さつまいも じゃがいも さとう パンこ こむぎこ でんぷん あぶら										
			ツナ	さんおんとう	ほうれんそう キャベツ									
			とりにく	あぶらあげ かつおぶし	たまねぎ にんじん ねぎ									
5 木	むぎごはん 	牛乳 いわしのしょうがに ごまあえ とんじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	380			
			いわし	さとう でんぷん	しょうが									
				ごま さとう	ほうれんそう もやし									
			ぶたにく	かつおぶし こんにゃく	だいこん にんじん ごぼう ねぎ									
6 金	むぎごはん 	牛乳 すぶた もやしときゅうりのナムル りんご	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	316			
			ぶたにく	あぶら かたくりこ さとう	にんじん たまねぎ しいたけ ビーマン たけのこ しょうが									
				ごまあぶら	きゅうり もやし しょうが にんにく									
					りんご									
9 月	せわりパン 	牛乳 アジフライ ソース ラタトゥイユ オニオンスープ	ぎゅうにゅう	せわりパン		○	○	○	○	○	319			
			あじ	パンこ こむぎこ あぶら										
				さとう でんぷん	トマト たまねぎ りんご									
				ウインナー	たまねぎ なす スッキーニ									
10 火	チャーハン 	牛乳 とうふシュウマイ にらたまスープ	ぎゅうにゅう	ぶたにく	こめ あぶら	○	○	○	○	○	285			
			とうふ	とりにく さかなのすりみ ひじき	さとう こむぎこ でんぷん							にんじん たまねぎ ビーマン		
			たまご	けずりぶし	さとう こむぎこ でんぷん							たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが		
					にんじん たまねぎ にら									
11 水	ソフトめん 	牛乳 ミートソース ほうれんそうのソテー フルーツミックス	ぎゅうにゅう	ソフトめん		×	○	○	○	○	375			
			ぶたにく	あぶら こむぎこ さとう バター	にんじん たまねぎ									
			ベーコン	バター	ほうれんそう しめじ コーン									
					パイン もも みかん									
12 木	むぎごはん 	牛乳 とりのからあげ すじょうゆあえ みそしる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	409			
			とりにく	かたくりこ あぶら	にんにく									
				さとう ごま ごまあぶら	だいこん きゅうり にんじん ほうれんそう									
			とうふ	けずりぶし かつおぶし	なめこ えのき ねぎ									
13 金	むぎごはん 	牛乳 チンジャオロース ちゅうかサラダ ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	344			
			ぶたにく	さとう かたくりこ あぶら ごまあぶら	ビーマン たけのこ にんにく									
				さとう ごまあぶら	にんじん もやし									
			とうふ	たまご	かたくりこ ごまあぶら							えのき しいたけ ねぎ		
16 月	敬老の日													
17 火	あきのかおりごはん 	牛乳 キャベツいつつくね おさかなとうりうだんごじる おつきみデザート	ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ かつおぶし	こめ むぎ さつまいも	○	○	○	○	○	448			
			とりにく	ぶたにく かつおぶし	でんぷん さとう							キャベツ しょうが えんどうまめ		
			たら	だいず とうりゅう きょうかいエキス けずりぶし かつおぶし	じゃがいも でんぷん あぶら さとう							ねぎ えのき ほうれんそう		
			とうりゅう		グラニューとう こめこ みずあめ さつまいも でんぷん							いんげんまめ		
18 水	ちゅうかめん 	牛乳 はるまき ピリカラサラダ ジャージャーめん	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん		○	○	○	○	○	428			
			はるさめ	とりにく	こむぎこ でんぷん さとう あぶら							たけのこ たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ		
					あぶら さとう ごまあぶら							キャベツ もやし きゅうり にんじん にんにく しょうが		
			ぶたにく	あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ しいたけ									
19 木	むぎごはん 	牛乳 なつやさいカレー フレンチサラダ ふくじんづけ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	402			
			とりにく	あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん なす かぼちゃ にんにく									
				さんおんとう あぶら	にんじん キャベツ きゅうり コーン									
				さとう	だいこん きゅうり しょうが なす れんこん しそ									
20 金	むぎごはん 	牛乳 さかなのやさいあんかけ なっとう さつまじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	○	○	363			
			ホキ	あぶら かたくりこ さとう	にんじん たまねぎ ほうれんそう もやし しいたけ									
			だいず											
			とりにく	とうふ けずりぶし	さつまいも							だいこん にんじん ねぎ		
23 月	振替休日													
24 火	むぎごはん 	牛乳 フルコギ ナムル わかめスープ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	○	○	×	○	353			
			ぶたにく	ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ にら にんにく									
				あぶら さんおんとう ごまあぶら	もやし にんじん キャベツ ほうれんそう									
			わかめ	なると	ごまあぶら							ねぎ		
25 水	うどん 	牛乳 サーモンフライ しおこんぶあえ きつねじる	ぎゅうにゅう	うどん		○	○	○	○	○	320			
			さけ	パンこ こむぎこ あぶら										
			こんぶ	ごまあぶら	キャベツ きゅうり にんじん									
			とりにく	あぶらあげ かつおぶし けずりぶし	さとう							にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ		
26 木	むぎごはん 	牛乳 ハヤシライスソース コールスローサラダ スライスパイン	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	△	△	○	○	376			
			ぶたにく	バター あぶら	たまねぎ にんじん にんにく									
			かつおぶし	コールスロードレッシング さんおんとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン									
					スライスパイン									
27 金	むぎごはん 	牛乳 おやこむし ゆかりあえ いなとりふうけんちんじる	ぎゅうにゅう	こめ むぎ		○	×	×	○	○	350			
			とりにく	たまご	さとう							ほうれんそう		
												キャベツ もやし きゅうり しそ		
			とうふ	けずりぶし	さといも ごま							だいこん にんじん ほうれんそう		
30 月	マーガリンパン 	牛乳 ピザエッグ ポイルやさい ごまドレッシング にくだんごスープ	ぎゅうにゅう	マーガリンパン		○	○	○	×	×	338			
			たまご	ベーコン チーズ	たまねぎ ビーマン									
					もやし きゅうり キャベツ									
			たまご	さとう ごま										
		つくね		にんじん ほうれんそう										
8・9月の給食実施回数(△印の上に記載の学年は無し)										17	19	19	17	18

- \* 物資の都合により、献立を変更する場合があります。
- \* 削り節にはさば、いわし、かつお、まぐろを含みます。
- \* 5日にいわし、9日にあじ、20日にホキ、25日にサーモンが出ます。骨に気を付けて食べましょう。
- \* 13日はアスリート献立です。今月は「体力回復メニュー」です。
- \* 17日はお月見献立です。お月様に見立てたつくねデザートが出ます。夜はお月様を眺めながらお月見を楽しみましょう☺
- \* 27日はふるさと給食です。県内産の卵を使った親子蒸しと、稲取風のけんちん汁が出ます。



1ヵ月平均	幼稚園	小学校 中・高学年	中学校
エネルギー(kcal)	363	652	813
たんぱく質(g)	12.9	24.7	30.4
脂質(g)	9.5	21	25.2
食塩(g)	1.5	2.3	3