



献立名		赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	E値* (kcal)
		ちにく・ほねになる たべもの	ねつやちからのもとに なるたべもの	からだのちようしを ととのえるたべもの	
3月	ごはん ぎゅうにゅう ソースかつどんのぐ (とんかつ・キャベツ・とんかつソース) こんさいじる	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず なまあげ	ごはん パンこ でんぶん あぶら	キャベツ  れんこん ごぼう だいこん たまねぎ にんじん ねぎ	651
	ぶどうくずまんじゅう	かんてん	ぶどうあん さとう くずこ		
4火	むぎごはん ぎゅうにゅう エビカレー	ぎゅうにゅう えび とうにゅう	むぎごはん じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム さやいんげん しょうが にんにく	599
	オムレツ オーロラサラダ	たまご かんてん	さとう サウザンアイランドドレッシング	キャベツ とうもろこし きゅうり	
	ごはん ぎゅうにゅう あきいろのみそしる	ぎゅうにゅう いちようがたかまぼこ もみじがたかまぼこ あぶらあげ しろみそ あかみそ	ごはん じゃがいも	にんじん しいたけ たまねぎ はくさい ねぎ	
5水	さけのメンチカツ	さけ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	キャベツ たまねぎ	598
	もみじあえ			きゅうり だいこん ふくじんづけ	
6木	りんごパン ぎゅうにゅう オニオンスープ	ぎゅうにゅう ベーコン	りんごパン じゃがいも あぶら	たまねぎ マッシュルーム にんじん えだまめ	630
	デミグラスハンバーグ	とりにく ぶたにく	でんぶん じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ	
	コールスローサラダ		コールスロードレッシング マヨネーズ	とうもろこし あかピーマン キャベツ	
7金	ごはん ぎゅうにゅう いりどうふ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ とうふ たまご	ごはん さとう あぶら	たまねぎ にんじん ぶなしめじ ねぎ	646
	れんこんサンドフライ	とりにく	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	れんこん たまねぎ しいたけ	
	こんにゃくサラダ	ハム	こんにゃく ごまドレッシング あおじそドレッシング	きゅうり	
11火	とりめし ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	ごはん さとう		668
	はちはいじる	とうふ ちくわ かつおぶし	こんにゃく	たまねぎ だいこん ごぼう しいたけ みつば	
	しろみざかなのカリカリあげ	ほき	こむぎこ さとう こめこ あぶら	とうもろこし にんにく	
	にんじんのあきいろサラダ	だいず かんてん	わふうクリーミードレッシング	にんじん れんこん みずな	
12水	ごはん ぎゅうにゅう ピリからキムチスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ しろみそ	ごはん ごまあぶら あぶら	はくさい たまねぎ にら にんじん だいこん にんにく	571
	いかとやさしいの子チミ	いか たこ	こむぎこ あぶら ごまあぶら こめこ さとう	キャベツ にんにく にら	
	さんしょくナムル		ごまあぶら さとう	にんじん もやし きゅうり	
13木	 <b>愛知の味めぐり給食</b>  <small>あいち おじ せうりょく おかざし</small> <b>～岡崎市～</b>				
	しらたまうどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	しらたまうどん		636
	<b>みそにこみうどんつゆ</b>	とりにく あぶらあげ かまぼこ はちようみそ あわせみそ	さとう でんぶん	にんじん たまねぎ こまつな しいたけ しろねぎ	
	ごもくあつやぎたまご	たまご こんぶ ぶたにく	あぶら さとう	にんじん たまねぎ ほうれんそう	
しおこんぶあえ	しおこんぶ	ごまあぶら	はくさい きりほしだいこん えだまめ		
14金	 <b>校外学習</b>  <small>こうがいがくしゅう べんとうび</small> <b>(弁当日)</b>				
17月	ごはん ぎゅうにゅう マーボーはるさめ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく とうふ あかみそ	ごはん はるさめ さとう ごまあぶら でんぶん あぶら	たまねぎ にんじん きくらげ もやし にら にんにく しょうが	716
	はるまき	ぶたにく	こむぎこ はるさめ さとう こめこ あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	
	きりほしだいこんのチンジャオロース		あぶら ごまあぶら さとう	きりほしだいこん れんこん たけのこ あかピーマン チンゲンサイ	



献立名		赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	I値キ- (kcal)	
		みんなのちにく ほねになるたべもの	ねつやちからのもとな るたべもの	からだのちょうしを ととのえるたべもの		
18 火	なめし ぎゅうにゅう とうにゅうしろみそしる	ぎゅうにゅう なまあげ とうにゅう しろみそ こうじみそ	ぎんめげんまいごはん じゃがいも	だいごんのは たまねぎ ぶなしめじ にんじん ねぎ	608	
	あいちのやさいりにくだんご(2こ)	とりにく ぶたにく	でんぶん さとう あぶら	たまねぎ れんこん にんじん しいたけ しょうが		
	ちくわのごまいため	ちくわ	ごま さとう ごまあぶら あぶら	キャベツ こまつな とうもろこし		
	 <b>まいつき 毎月19日は 『食育の日』</b> 					
19 水	ごはん ぎゅうにゅう すきやき	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ	ごはん こんにゃく ふ さとう あぶら	たまねぎ にんじん れんこん えのきたけ はくさい ねぎ	681	
	たこナゲット(2こ)	たこ たちうお いか だいた	こむぎこ でんぶん あぶら さとう			
	もやしのしおおかかあえ	ハム わかめ かつおぶし	しおドレッシング	もやし えだまめ		
	ツイストロールパン ぎゅうにゅう さつまいものクリームシチュー	ぎゅうにゅう とりにく ひよこまめ ぎゅうにゅう なまクリーム	ツイストロールパン さつまいも パター あぶら	たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム		
20 木	チキンウィンナー(2ほん) あきいろフルーツミックス	チキンウィンナー	ぶどうゼリー りんごゼリー	もも パイナップル りんご	771	
	ごはん ぎゅうにゅう だまこじる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	ごはん だまこもち	たまねぎ まいたけ ごぼう ねぎ		
	いわしのカレーみそやき みずなのシャキシャキサラダ	いわし みそ とりにく	さとう こめこ ごま マヨネーズ ごまドレッシング	みかんかじゅう みずな だいごん もやし		
24 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ハム なるたまき	ごはん あぶら ごまあぶら	はくさい たまねぎ きくらげ にんじん ねぎ にんにく	690	
	とりからあげのりんごソース(2こ) にしょくピーマンのオイスターソース	とりにく	でんぶん さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら あぶら さとう	りんご しょうが にんにく あかピーマン ピーマン エリンギ		
	ごはん ぎゅうにゅう なめこのみそしる	ぎゅうにゅう どうふ あぶらあげ わかめ あかみそ しろみそ	ごはん	たまねぎ にんじん なめこ こまつな ねぎ		
25 火	げんまいいりひらつくね てづくりおにまんじゅう	とりにく	パンこ はつがげんまい さとう でんぶん	たまねぎ	647	
	ごはん ぎゅうにゅう エッグスープ	ぎゅうにゅう ハム たまご	ごはん じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん エリンギ えだまめ		
	やきぐりコロッケ チキンサラダ	とりにく	じゃがいも くり さつまいも パンこ こむぎこ さとう でんぶん あぶら マヨネーズ	キャベツ きゅうり とうもろこし		
27 木	くるロールパン ぎゅうにゅう あきやさいのポトフ	ぎゅうにゅう とりにく うずらたまご	くるロールパン じゃがいも さつまいも オリーブオイル	たまねぎ にんじん かぶ れんこん ぶなしめじ パセリ にんにく	662	
	コーングラタン ほうれんそうのベーコンソテー	おから とうにゅう ベーコン	じゃがいも こめこ さとう あぶら オリーブオイル	とうもろこし たまねぎ ほうれんそう キャベツ マッシュルーム にんにく		
	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのみぞれしる	ぎゅうにゅう なまあげ	ごはん さといも	はくさい たまねぎ にんじん ねぎ だいごん		
28 金	とりでんぶん ひじきとだいたすのにつけ	とりにく ひじき だいたす こうやどうふ まぐろ	こむぎこ でんぶん あぶら さとう あぶら ごまあぶら	にんじん さやいんげん	678	
	 <b>10月31日は「ハロウィン」</b> <b>～かぼちゃを使ったメニューです～</b> 					
	チキンライス ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	ごはん さとう オリーブオイル	たまねぎ にんじん とうもろこし にんにく		711
<b>ハロウィンスープ</b>	かぼちゃがたかまぼこ ベーコン だいたす あかいんげんまめ あおえんどうまめ ひよこまめ	じゃがいも あぶら	にんじん たもぎたけ キャベツ パセリ			
<b>かぼちゃフライ</b>	ぶたにく	パンこ でんぶん こむぎこ あぶら さとう	かぼちゃ たまねぎ			
<b>ミックスベリープリン</b>		さとう	クランベリーがじゅう いちごがじゅう ブルーベリーがじゅう			



☆6年生:20日(木)、21日(金)は修学旅行のため給食はありません。

☆5年生:13日(木)は校外学習のため、給食はありません。

☆都合により、献立・材料等が変わることがあります。

19回(5年生:18回 6年生:17回)

