令和5年

10月 学校給食予定献立表

77

校 献 1 **₽**¥ つ群 3群 6群 t= 脂 n J١, 魚·肉·卿· 牛乳·乳 緑黄色 \Box 曜 その他の野菜・ 米・パン・ 油脂 ル 質 ぱ 豆·豆製品 製品小 野菜 食 飲み物 めんいいち 主 r 副 食 (汁物 等) 魚・海そ 質 Д mg 韓国焼き肉 豚肉 牛乳 玉葱 ねぎ ごはん ミルメーク 油 ラー油 月 769 358 2 剄 にんにく 319 178 ごはん ナハル 三温糖 ごま油 トックスープ ツナサンドの具(ノンエッグマヨネーズ) ッナ 生到. にんじん きゅうり 玉葱 パン マヨネーフ 背割り 3 野菜のスープ煮 813 35.8 310 牛 剄. 雞肉 パヤリ コーン じゃが芋 310 コッペパン オレンジ オレンジ さつまいもシチュー 雞肉 牛到. にんじん 玉葱 キャベツ パン ジャハ ゆめロール 4 핒 850 296 296 400 7k カラフルサラダ 脱胎粉乳 赤ピーマン しめじ きゅうり さつま芋 牛クリーハ シゲン草 じゃが芋 揚げ餃子 豚肉 生揚げ 牛乳 にんじん しょうが キャベツ ごはん 三温糖 5 木 ごはん 759 31.8 20.9 376 孚 生揚げと野菜のみそ炒め みそ ピーマン 干し椎茸 えのき茸 餃子の皮 中華コーンスープ ねぎ コーン 片栗粉 ごぼうサラダ きな粉 牛乳 にんじん 大根 きゅうり パン 三温糖 330 牛 ワンタンスープ 804 金 きな粉揚げパン 到 292 30.9 6 豚肉 15 キャベツ 玉葱 グラニュー糖 いりごま 干し椎茸 ごぼう 目の愛護DAY ハヤシルウ ごはん 豚肉 牛乳 にんじん キャベツ 火 10 ごはん 牛 小松菜のサラダ ッナ 小松苹 しめじ じゃが芋 ハヤシルウ 898 269 223 393 ブルーベリータルト 玉葱 三温糖 タルト リンピー 生クリーム なすとひき肉のペンネ 豚肉 玉葱 なす パン 牛乳 小ココアパン 牛 785 30.1 242 11 лk 大根ひじきサラダ いノナ 711%き トマト にんにく 大根 マカロー ごま油 427 ヨーグルト ヨーグルト きゅうり 三温糖 いりごま じゃが芋の南蛮煮 牛乳 玉葱 キャベツ ごはん 牛揚け にんじん 821 469 12 木 ごはん 牛 ぐんまの納豆 納古 もやし きゅうり じゃが芋 すりごま 351 248 鶏肉 三温糖 ごき酢あえ ∖松菜 コーン なす オムレツミートソース【代:ウインナー】 卵 ベーコン 牛乳 こんじん 玉葱 パン マカロニ コッペパン 金 325 13 牛 乳 ABCスープ 豚肉 **プーマン** キャベツ じゃが芋 748 311 234 チョコクリーム 大豆 チョコレート マーボー豆腐 豚肉 にんじん にんにく ねぎ ごはん 春雨 16 Ħ ごはん 牛 剄. 春雨サラダ 豆腐 にら キャベツ きゅうり 三温糖 ごま油 750 295 22.9 386 <u>ニみか</u>んゼリー みそ もやし 片栗粉 ゼリー カツオフライ かつお 牛乳 こんじん ごぼう ねぎ ごはん 17 火 ごはん 牛 きんぴらごぼう さつま揚げ 小松菜 キャベツ パン粉 いりごま 827 24.7 222 344 野菜たっぷりみそ汁 豆腐 みそ 玉葱 じゃが芋 しゅうまい 豚肉 牛乳 にら キャベツ ねぎ パン 18 水 小黒パン 牛 海藻サラダ ツナ 海藻 にんじん きゅうり しゅうまいの皮 ごま油 763 36.7 27.3 330 醤油ラーメン なると もやし 中華麺 ぐんまの和風カレー 豚肉 牛乳 こんじん 玉葱 しょうが にんにく ごはん 19 木 麦ごはん 牛 乳 こんにゃくサラダ ツナ ねぎ 大根 ごぼう じゃが芋 三温糖 ごま油 765 22.7 20.2 280 りんご きゅうり さつま芋 チキンのトマト煮 雞肉 にんにく パン 牛乳 にんじん トマト 20 金 食パン 牛 ジャーマンポテト ベーコン チーズ しめじ じゃが芋 バター 771 43.3 23.4 390 スライスチーズ パカリ 玉葱 三温糖 豚肉 牛乳 白菜 玉葱 きゅうり 八宝菜 こんじん ごはん 4 23 月 ごはん 牛 なると 片栗粉 807 291 259 317 たけのこ もやし しょうが ごま油 バンバンジー 雞肉 干し椎茸 春巻きの皮 学校給食ぐんまの日 ぐんまちゃんの玉子焼き【代:和風肉団子】 卵 油揚げ いりごま 牛乳 にんじん キャベツ きゅうり ごはん 24 火 上州かみなりご飯 豚肉 751 29.1 17.5 330 香味漬け 小松菜 大根 ねぎ 干し椎茸 さといも おっきりこみ 雞肉 たくあん ごぼう 白菜 おっきりこみ麺 ぐんまのねぎこんコロッケ 豚肉 牛乳 ねぎ しょうが こんじん パン 25 水 丸パン(横切り) 牛 干切りキャベツ 鶏肉 わかめ 769 26.4 27.1 401 みかん 玉葱 キャベツ パン粉 チンゲン菜と肉団子のスーブ みかん じゃが芋 さばの味噌煮 牛乳 にんじん ごはん さば 枝豆 きゅうり 26 木 ごはん 牛 枝豆ときゅうりの浅漬け みそ ねぎ 大根 じゃがいも団子 768 32.3 22.5 330 じゃが芋団子のすまし汁 えのき茸 豚肉 キャベツ もやし 焼きそば 牛乳 こんじん パン 小背割りこめっこばん 29.1 20.0 308 余 フルーツ白玉 もも パイナップル 焼きそば麺 770 Sel Line 白玉団子 砂糖 メンチカツ 豚肉 油揚げ なめこ ごはん 牛乳. にんじん 28.9 343 30 月 ごはん 乳 ひじきの煮物 さつま揚げ 大豆 ひじき 大根 ねぎ パン粉 813 27.0 なめこ汁 豆腐 みそ 鶏肉 二泡辫 ハンバーグ野菜ソース 雞肉 牛乳. こんじん 玉ねぎ ごはん わかめごはん 火 31 牛 乳 かぼちゃのポタージュ 豚肉 わかめ かぼちゃ マッシュルーム 三温糖 878 29.2 24.3 596 脱胎粉乳

*献立は都合により変更になることがあります。ご了承下さい。

月平均 794 30.6 24.1