



日 曜日	ぎょうじ 行事	しゅしょく 主食	ふくしょく 副食	主な材料			エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)
				あか 赤の食品 ちにく ほね 血や肉、骨になる	き 黄の食品 ねつ 熱や力のもとになる	みどり 緑の食品 からだ 体の調子を整える	
6 金	2~6年生 給食開始	コッペパン	わかどりにくとだいでのみそがらめ ポイルやさい はるキャベツのスープ	牛乳 とりにく みそ だいで	コッペパン でんぷん あぶら じゃがいも さとう カシューナッツ	しょうが ブロccoli コーン にんじん きゅうり たけのこ キャベツ チンゲンサイ	621 28.1 22.5
9 月	1年生 給食開始	カレーライス	あらびきウインナー こまつなのコーンあえ おいわいゼリー	牛乳 ぶたにく チーズ ウインナー	むぎ ごはん あぶら ゼリー じゃがいも	こまつな もやし コーン たまねぎ にんじん	718 20.3 26.2
10 火	地場産品献立 (ほうれんそう)	ごはん	やさきさば ほうれんそうとえのきのごまみそ にくじゃが	牛乳 さば みそ ぎゅうにく	ごはん ごま さとう こんにやく じゃがいも	ほうれんそう えのきたけ キャベツ にんじん たまねぎ いんげん	614 24.8 17.6
11 水	地場産品献立 (なましいたけ)	食パン	えびシューマイ ㊦ ㊧ まめいろいろサラダ にくだんごスープ いちごジャム	牛乳 あかいんげんまめ だいで ひよこまめ たまご ぶたにく えび	食パン さとう ごま マヨネーズ こむぎこ でんぷん はるさめ ジャム	きゅうり キャベツ ねぎ たまねぎ しょうが にんじん しいたけ はくさい たけのこ	622 24.4 21.9
12 木		ごはん	ふくらぎのあまみそかけ そくせきづけ えどっこに きよみみかん	牛乳 ふくらぎ みそ ぶたにく だいで こうやどうふ こんぶ	ごはん こんにやく さとう	はくさい きゅうり にんじん たけのこ ごぼう みかん	631 26.0 18.5
13 金		コッペパン	ぶたにくとじゃがいものケチャップあえ おはなばたけのサラダ ワカメスープ れいとうパイン	牛乳 ぶたにく レパー わかめ とうふ	コッペパン じゃがいも でんぷん あぶら さとう カシューナッツ ごまあぶら	しょうが キャベツ コーン ブロッコリー えのきたけ ねぎ あかピーマン パイン	631 24.8 25.8
16 月		こんぶごはん	あげだしどうふのごまだれかけ キャベツときゅうりのしょうがあえ みそだんごじる ぶどうゼリー	牛乳 とりにく こんぶ とうふ みそ	ごはん さとう あぶら ごま しらたまだんご こんにやく ゼリー でんぷん	にんじん キャベツ きゅうり しょうが ごぼう はくさい ねぎ	622 20.7 17.9
17 火	地場産品献立 (ほうれんそう)	ごはん	ししゃもてんぶら ハリハリあえ あつあげとやさいのうまに なっとう	牛乳 ししゃも こんぶ とりにく あつあげ なっとう	ごはん あぶら さとう じゃがいも こんにやく ごま ぎんなん	きりぼしだいこん もやし ほうれんそう にんじん ふき たけのこ ごぼう	693 26.5 23.3
18 水		食パン	オムレツ アスパラサラダ ビーフシチュー	牛乳 ぎゅうにく たまご	食パン あぶら さとう じゃがいも こむぎこ マーガリン	グリーンアスパラガス しめじ キャベツ きゅうり レモン たまねぎ にんじん	616 26.3 21.9
19 木	高岡食19 丼献立	はるカラフル ごもくだん	こまつなのアーモンドあえ みそしる かじつヨーグルト	牛乳 とりにく たまご えだまめ とうふ みそ ヨーグルト	ごはん さとう あぶら でんぷん ふ アーモンド	たけのこ にんじん しいたけ しょうが こまつな キャベツ なめこ ねぎ	598 24.2 17.4
20 金	郷土食献立	ごはん	ほたるいかなんばんに くきわかめのきんぴら いなりうどん	牛乳 ほたるいか くきわかめ ベーコン あぶらあげ かまぼこ	ごはん さとう でんぷん こんにやく あぶら ごま うどん	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ ねぎ	649 25.2 20.6
21 土	授業参観 地場産品献立 (ほうれんそう)	ごはん	ぶたにくのジャンロー ほうれんそうのくるみあえ みそしる ピーチシャーベット	牛乳 ぶたにく みそ あぶらあげ	ごはん さとう くるみ	しょうが たまねぎ キャベツ ほうれんそう だいこん ねぎ もも ごぼう	609 24.8 17.3
23 月	くりかえきゅうぎょうび 繰替休業日						
24 火	郷土食献立	たけのこごはん	さわらのしおやき ゆかりあえ みそしる くによしりんごゼリー	牛乳 あぶらあげ さわら みそ	ごはん さとう ゼリー じゃがいも	たけのこ にんじん キャベツ きゅうり たら たまねぎ	589 27.4 13.5
25 水		1/2コッペパン	ソフトめんのみートソースかけ ベーコンエッグ フルーツヨーグルトあえ	牛乳 ぶたにく だいで たまご ベーコン ヨーグルト	コッペパン ソフトめん さとう でんぷん あぶら	しょうが たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム もも パナナ りんご パイン みかん レーズン	719 27.7 21.2
26 木	地場産品献立 (なましいたけ)	ごはん	ちくわのいそべあげ にまめ きのこじる オレンジ	牛乳 ちくわ のり きんときまめ たまご	ごはん こむぎこ あぶら さとう	しいたけ えのきたけ ねぎ たまねぎ にんじん オレンジ	629 21.3 13.7
27 金		食パン	なっばコロケ カラフルソテー ワンタンスープ	牛乳 ベーコン だいで ぶたにく	食パン あぶら ワンタン カシューナッツ じゃがいも	キャベツ あかピーマン ねぎ ピーマン コーン はくさい にんじん もやし こまつな しいたけ	651 21.9 28.0
30 月	くりかえきゅうじつ 繰替休日						

* 栄養量は、中学年量を基準として表示しています。(目安：640Kcal、たんぱく質 24g、脂質 18~21g)

○牛乳は毎日(200ml)付きます。

○献立は都合により変更する場合があります。

※下記の食品が含まれている場合は、献立の横に印をつけてあります。主な材料の欄とともにアレルギー除去の参考にしてください。

えび…㊦ かに…㊧