

8月の予定献立は表面です。

9月予定献立表

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				【赤】血や肉や骨をつくる		【緑】体の調子を整える		【黄】熱や力にやる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
ほうさいのひこんだて				ぶたにく	ぎゅうにゅう	あかじそ	うめ ごぼう たけのこ	ごはん さとう	
1 金	うめ ごはん	○	ゴロゴロやさいのにももの ぶたじる れいとうみかん 	あつあげ みそ すりみ		にんじん	だいこん みかん しょうが ねぎ ほししいたけ	じゃがいも みずあめ こんにゃく てんぷん	
4 月	ごはん	○	ハンバーグマスタードソース ピーナッツあえ ポテトスープ 	ベーコン しろいんげんまめ ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ こまつな	たまねぎ キャベツ	ごはん さとう じゃがいも パンこ	ピーナッツ マーガリン
世界旅行「韓国」				とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい しめじ	ごはん さとう	ごまあぶら
5 火	ねぎしお ごはん	○	セルフキンパ (やきにく・たくあんあえ) わかめスープ てまきり	ぎゅうにく みそ	わかめ のり	にんじん こまつな	にんにく しょうが ねぎ もやし たくあん		あぶら ごま
2ねんせい おかやまさんの キラキラメニュー				ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく しょうが	ごはん	あぶら
6 水	はつが げんまい ごはん	○	ハムステーキ スティックきゅうり トマトシーフードカレーライス ミディトマト 	えび いか たこ ハム	チーズ	ピーマン	きゅうり だいこん たまねぎ	はつがげんまい じゃがいも	ごま
7 木	ごはん	○	サクラマスのこうそうフライ コーンあえ みそしる	あつあげ みそ サクラマス	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん パセリ チンゲンサイ	たまねぎ なす もやし ねぎ とうもろこし	ごはん じゃがいも こむぎこ パンこ	あぶら
8 金	こめこ パン	○	オムレツ イタリアンサラダ コーンチャウダー	ベーコン たまご	ぎゅうにゅう だししるにゅう	にんじん パセリ パプリカ ブロッコリー	たまねぎ キャベツ とうもろこし しめじ	パン こめこ こむぎこ さとう てんぷん	あぶら ドレッシング
11 月	ごはん	○	エビのチリソース ビーンズサラダ ワントンスープ	ぶたにく えび	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	もやし メンマ ほししいたけ キャベツ ねぎ しょうが	ごはん さとう ワントン てんぷん	あぶら ごまあぶら ごま
世界旅行「メキシコ」				ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	ごはん さとう	バター
12 火	メキシカン ライス	○	かぼちゃとまめのサラダ ポソレ (コーンのスープ)	とりにく みそ いんげんまめ		ピーマン かぼちゃ	とうもろこし キャベツ		あぶら ごま
13 水	ごはん	○	あじフライ すみそあえ かきたまじる	とうふ たまご あじ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり えのきたけ ねぎ	ごはん さとう てんぷん パンこ こむぎこ	あぶら
14 木	ごはん	○	たまごロール きゅうりのちゅうかあえ ちゃんこなべ	たまご うすあげ かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん みずな	だいこん ねぎ きゅうり ほししいたけ たまねぎ はくさい えのきたけ	ごはん さとう こんにゃく パンこ てんぷん	ごまあぶら ラード
15 金	ひじき ごはん	○	ししゃものからあげ えだまめサラダ とうがんのそぼろに	とりにく うすあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ キャベツ たまねぎ きゅうり えだまめ とうがん とうもろこし	ごはん さとう こんにゃく てんぷん じゃがいも	あぶら
18 月			けいろうのひ						
世界旅行「エジプト」				とうふ	ぎゅうにゅう	モロヘイヤ	たまねぎ	ピタパン さとう	ノンエッグマヨネーズ
19 火	ピタパン	○	とりのてりやき ポテまめサラダ グリーンサラダ モロヘイヤのスープ スライスチーズ	たまご とりにく	チーズ	ブロッコリー にんじん	ねぎ にんにく フリルレタス きゅうり	てんぷん じゃがいも	ねりごま ごまあぶら
20 水	ごはん	○	さばのごまみりんやき いそあえ とりにくとじゃがいものなんぼんに	とりにく みそ さば	ぎゅうにゅう のり	にんじん さやいんげん こまつな	たけのこ もやし キャベツ	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	ごま
21 木	ごはん	○	ぶたにくとレバーのケチャップがらめ ブロッコリーのごまだれ みそしる	うすあげ みそ レバー ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ブロッコリー	だいこん しょうが キャベツ もやし	ごはん さとう てんぷん ごま	あぶら
世界旅行「イタリア」				ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく	パン さとう	オリーフオイル
22 金	チーズ パン	○	アクアパッツァ (たら) アクアパッツァ (やさい) ミネストローネ ティラミス	だいず たら たまご	チーズ こなチーズ だししるにゅう	トマト ブロッコリー	ズッキーニ セロリー	じゃがいも みずあめ	
25 月	ごはん	○	さんまのしょうがに はりはりあえ にくじゃが	ぎゅうにく さんま	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ しょうが キャベツ きりほしだいこん	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	あぶら
26 火	ごはん	○	ぶたキムチ こんぶあえ みそしる	あつあげ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん こまつな	だいこん もやし ねぎ はくさい キムチ たまねぎ	ごはん さとう あぶら	
27 水	ごはん	○	カレイのたつたあげ おひたし だいずのいそに	ぶたにく あつあげ カレイ だいず	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん こまつな	しょうが キャベツ もやし	ごはん さとう こんにゃく てんぷん じゃがいも	あぶら
世界旅行「サモア」				とりにく	ぎゅうにゅう	パプリカ	にんにく しょうが ラディッシュ	ごはん	あぶら
28 木	ごはん	○	カレモア (とりにくのカレー) ポリネシアンサラダ バナナ		チーズ	にんじん	たまねぎ バインかん キャベツ きゅうり バナナ	さといも ドレッシング	
おつきみこんだて				たまご とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ	ごはん さとう	ラード
29 金	ごはん	○	スコッチエッグ ごまあえ つきみじる 	かまぼこ とりにく とうふ ぶたにく		こまつな かぼちゃ	ねぎ たまねぎ もやし キャベツ	こめこ パンこ さつまいも	ごま

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によって献立を変更することがありますのでご了承ください。