

学校給食だより

2025年4月 摂津市学校給食会

- 栄養三色
- 赤色の食品 血や肉、骨をつくる肉、魚、卵、豆、乳、海藻類
 - 緑色の食品 体の体調をととのえる緑黄色野菜、淡色野菜、果実類
 - 黄色の食品 熱や力のもとになる穀類、いも類、砂とう類、油脂類



献立表				栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)									
10日 木	アップル(にゅう) ぎゅうにゅう(にゅう) ベーコンとやさいの スー ポークビーンズ			黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 10 40 30 0.5 0.1 0.2 0.01 1				
				黄	アップル(にゅう) いっこりアップル ベーコンとやさいの スー バラベーコン じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん こまつな うすくちしょうゆ こしょう	60 25 10 20 25 15 5 10 4 0.01	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄	のうしゅくスー ポークビーンズ ぶたにく れいとうだいず たまねぎ うすくちしょうゆ ケチャップ さとう しお こしょう なたねあぶら	8 1				

献立表				栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)										献立表				栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)									
23日 水	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) カレーシチュー ドレッシングサラダ ふくじんづけ	黄	しろごはん こめ	75		赤	チャツネ ケチャップ	2 1	28日 月	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) マーボードーフ キャベツとはるさめの あえもの	黄	しろごはん こめ	75	黄	うすくちしょうゆ かたくりこ	3 1											
		赤	カレーシチュー	20		黄	とんかつソース	2.5			黄	マーボードーフ	25	黄	ごまあぶら	0.1											
		緑	ぶたにく	40		黄	ウスターソース	1			赤	ぶたミンチ	100	黄	なたねあぶら	0.5											
		黄	たまねぎ	0.5		黄	うすくちしょうゆ	0.2			緑	とうふ	0.5	赤	キャベツとはるさめの												
		緑	なたねあぶら	20		黄	しお	0.01			緑	しょうが	0.1	黄	あえもの												
		黄	にんじん	50		黄	こしょう	1			緑	にんにく	30	赤	ちくわ	15											
		緑	じゃがいも	0.1		黄	なたねあぶら	6			緑	たまねぎ	0.5	黄	さと	1											
		緑	にんにく	0.5		黄	のうしゆくスープ	10			緑	さけ	0.07	黄	うすくちしょうゆ	2											
		黄	しょうが	4		緑	ドレッシングサラダ	50			緑	トウバンジャン	1	緑	キャベツ	40											
		黄	マーガリン	2		緑	キャベツ	10			緑	ほししいたけ	8	黄	にんじん	5											
黄	なたねあぶら	7		緑	えだまめ	10	黄	あおねぎ	0.5	黄	はるさめ	3															
黄	こむぎこ	0.4		緑	にんじん	10	赤	さと	4		こめず	2.3															
黄	カレーこ	0.4		緑	たまねぎドレッシング	10																					
黄	カレーこ	0.4		緑	ふくじんづけ	10																					
黄	あかワイン	2		緑	ふくじんづけ	10																					
熱量 -kcal-		蛋白質 g		脂肪 g		加シム mg		鉄 mg		ビタミ				食塩相当量		食物繊維											
637		20.3		20.0		289		2.0		301				44		2.2		8.5									
24日 木	コッペパン(にゅう) ぎゅうにゅう(にゅう) にらたまスープ (たまご) ミートスパゲティ キャンディーチーズ (にゅう)	黄	コッペパン(にゅう) いっこどりコッペパン	60	黄	ミートスパゲティ スパゲティ	22 15	30日 水	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) さつまいもの みそしる さかなのあまず あんかけ ふりかけ	黄	しろごはん こめ	75	黄	しお こしょう	0.2 0.01												
		赤	にらたまスープ (たまご)	20	赤	ぎゅうミンチ	3			黄	かたくりこ	8															
		緑	たまご	10	緑	マッシュルーム	10			黄	なたねあぶら	6															
		緑	にら	10	緑	にんじん	25			緑	たまねぎ	10															
		緑	えのきたけ	10	緑	たまねぎ	3			緑	えだまめ	6															
		緑	もやし	15	黄	ウスターソース	14			緑	うすくちしょうゆ	3															
		緑	たまねぎ	0.6	黄	ケチャップ	0.2			赤	さけ	0.2															
		緑	にんじん	0.01	赤	なたねあぶら	0.01			赤	あわせみそ	1.2															
		緑	うすくちしょうゆ	2	赤	しお	2			黄	けずりぶし	2.4															
		緑	こしょう	2	赤	キャンディーチーズ (にゅう)	2			黄	かたくりこ	1															
緑	けずりぶし	2	赤	キャンディチーズ	2	黄	けずりぶし	0.3																			
641		24.2		21.7		363		2.4		323				0.26		0.59		10		3.4		3.9					
25日 金	しろごはん ぎゅうにゅう(にゅう) もずくじる とりミンチとごぼうの げんこつあげ ふりかけ	黄	しろごはん こめ	75	赤	とりミンチ	25	令和7年度より、ホームページにて 給食で使用している物資のアレルゲン情報を 掲載しています。 QRコードを読み取るとご確認いただけます。	黄	しろごはん こめ	75	黄	うすくちしょうゆ かたくりこ	3 1													
		赤	もずくじる	20	緑	ごぼう	30			黄	マーボードーフ	25	黄	ごまあぶら	0.1												
		赤	とうふ	10	黄	こめず	1			赤	ぶたミンチ	100	黄	なたねあぶら	0.5												
		赤	かまぼこ	10	黄	にんじん	5			緑	とうふ	0.5	赤	キャベツとはるさめの													
		赤	もずく	10	黄	しろこま	2			黄	しょうが	0.5	黄	あえもの													
		緑	たまねぎ	25	黄	かたくりこ	7			緑	にんにく	30	赤	ちくわ	15												
		緑	にんじん	5	黄	みりん	1			緑	たまねぎ	0.5	黄	さと	1												
		緑	こまつな	15	黄	うすくちしょうゆ	0.5			赤	さけ	0.1	黄	うすくちしょうゆ	2												
		緑	うすくちしょうゆ	4	黄	しお	0.02			赤	あおねぎ	8	黄	キャベツ	40												
		緑	けずりぶし	2	黄	こしょう	7			赤	ほししいたけ	1	黄	にんじん	5												
592		20.1		21.0		340		4.3		202				0.24		0.43		11		1.7		3.8					

ご入学・ご進学おめでとうございます。

1年生の給食は23日（水）から始まります。

しっかりよく噛んで食べてくださいね。

献立の食材は、天候などの影響によりやむを得ず変更となる場合がありますので、ご了承ください。

献立表の栄養価は中学年を基準に載せています。

は大食器に入れます。

- ・卵(鶏卵・うずら卵)、乳(乳・乳製品)について、献立名にアレルギー表示をします。
- ・卵不使用のマヨネーズとドレッシングを使用します。



・令和7年度より、ホームページにて給食で使用している物資のアレルゲン情報を掲載しています。
QRコードを読み取るとご確認いただけます。