

# 令和7年



# 学校給食予定献立表

### 幸手市立幸手小学校

	なつりょう 熱量(kcal)
大 大	たんぱく質(g
大 マーコン アース   キャイン きゅうり にんじん しょうゆ 十   マーコン 大き   キャイン きゅうり にんじん しょうゆ 十   マーコン 大き   マーコン ス   マース   マース ス   マー	632
でおいサラダ あぶ。まとう ごま ペーコン たまご キャイツ をおり にんじん しょうゆ オリンソメ とかかりょうり かんて こめ むぎ ごまあぶら ぶたにく いりたまご トマト たまねぎ こまっな しお こしょう コンソメ とと ひと ひき ごまあぶら ぶたにく いりたまご トマト たまねぎ こまっな しま こしょう コンソメ とっか ひまう ごまあぶら ぶたにく いりたまご にんにく にんじん もやし しょうゆ コチジャン というしょう コラン・マーン とうふ にんじん たまねぎ しょうゆ しょうゆ コチジャン というしょう カース・マーン とうふ にんじん たまねぎ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう カース・マース・アース・アース・アース・アース・アース・アース・アース・アース・アース・ア	
マーコン 大宝二   マーカン 大宝   マーカン マーカン コーカー   マーカン マーカン マーカン マーカン マーカン   マーカン マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マーカン マーカン   マー	
大学の	25.8
### PUT	
はるさめスープ はるさめ ペーコンとうか にんじん たまねぎ しょうゆ しお こしょう まず でかいしかばすみそに しょうゆ しま こしょう かぶら こま きとう かぶら ことがら かっとう たんじん もやし しょうゆ しゅうかだし ガラスーコ とうか かま こまった ことが まず これんじん もやし しょうゆ しゅうかだし ガラスーラ おがしゅう かぶら ことがら とりにく とうふ みそ こんじん もやし しょうゆ かぶら ことがら かぶら ことがら とりにく とうふ みそ こんじん もやし しょうゆ かぶら ことがら とりにく とうふ みそ こんじん もやし しょうゆ オース・ページ とうふ かま こま きとう かまら こま きょう かまら こま きょう しゅうまい きゅうり にんじん もやし しょうゆ オース・ページ とうふ かまりこ もず あぶら しゅうまい だんにく たがん こぼし エラゆ オース・パーク かぶら こま きょう かまら こま きょう カンス・グーン とうか かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ かって クッムチャンター しゃ からいもう ファンター・ とう かまら こま こま シーク・カー・ クッム・カー・ とり こままま にんじん オース・カー・ こまがら こゆう マラーロール (多ら)にゅう かぶら ファンタ にんにく たまねぎ にんじん オース・カー・ コンソメ とまがも からいにゅう まっしい カース・カー コン・ス・オース・アース・レージ カース・カー コン・ス・オース・アース・ファンタ たまれま にんじん たまねぎ ロンソメ カラス・アース・アース・ロース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カ	
### (	590
はるきめスープ はるきか ペーコンとうふ チングンサイ ちゅうかだし ガラスープ はるきめ スーコンとうふ チングンサイ ちゅうかだし ガラスープ さかにゅう さかにゅう さかしかぼすみそに こまっなのごまあえ ごま きらう かぶら じゃかいも とりにく とうふ みそ だいこん にんじん もやし しょうゆ けんちんじる あぶら じゃかいも とりにく とうふ みそ だいこん にんじん もやし しょうゆ すっぷーとうふ あぶら ごまあぶら とう おき あぶら きゅうり にんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ あぶら ごまあぶら さら おき ひかにと たればた こめ むぎ あぶら とりにく にんにく にんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とうふ はてんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とうふ おたにく とうふ はてんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とうふ はてんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とうふ おたにく しょうか までんじん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とっか おき しょうにく にんにん もやし しょうゆ すっポーとうふ かたのこまらう おたにく とっか おき あぶら とりにく にんにく にんじん もやし しょうゆ すっポーとうか かたのこまらう おたにく とっか おき にんじん もやし しょうゆ オース・メイター こうから いきが カール・グラムティックース しょうゆ ファンメンタース しょうゆ オース・メーラ・カー・ジャルの・メーター さらう こま アンカー・カー・ジャルの・メーター こっから こま アンカー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	
	26.3
古はん	
おおしかほすみそに   まかしかほすみそに   まかな にんじん もやし   しかゆ   かぶら じゃがいも   とりにく とうふ みそ   だいこん にんじん ごぼう ねぎ にぼし   こんにやく   さんじゃく   さんいく   さんじゃく   さんじゃ	
□ まっなのでまあえ でまっとう	609
はたらんじる あぶら じゃがいも とりにく とうふ みそ だいこん にんじん ごぼう ねぎ にぼし かぶら しゃかいも とりにく とうふ みそ だいこん にんじん ごぼう ねぎ にぼし たんじょん 金 金 さんじゃく こめ むぎ きゅうにゅう あぶら しゅうまい きゅうりともとしのナムル ごまあぶら さとう きゅうにゅう かたくりこ きとう かたくりこ きとう かたくりこ きとう かたくりこ きとう かたくりこ きとう おぎ にんにく たんじん たまねぎ は かいシャン・オイター としょうか デスターン・スター きょうじょう かまぼこ とりな かまばし さかい カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	
	05.7
# 金 世かいのよう ちゅうごく こめ むぎ きゅうにゅう あぶら こめ むぎ きゅうにゅう あぶら こからにんど もやし しょうゆ す アンメンジャン おぶら こまかぶら さとう おおにく たまれぎ おけ ウァンメンジャン おおき にんじん たなれた となまな かたくりこ きとう おき にんじん たまれぎ おけ ウァンメンジャン オスター であいことかった マール とうか まま こんにく たまれぎ おけ ウァンメンジャン オスター とりようにゅう ほしがた ハンバーグ さとう ほしがた ハンバーグ およう ごまあぶら ごま ベーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん トマル しょうゆ オフ・メンス アラウーロール ぎゅうにゅう ますぎこ バンこ あぶら きけ にんにく たまれぎ にんじん トマル しょうゆ オフ・メール・クラムチャウダー じゃがいも かぶら こむぎこ ベンこ あぶら まけ にんじん たまれぎ にんじん トマル しお こしょう ケチャップ クラムチャウダー ビャがいも ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまれぎ にんじん トマル しお こしょう ケチャップ クラムチャウダー ア・ネ・ビ からかりかん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまれぎ にんじん トマル しお こしょう ケチャップ カスター・コーン カぶら コンソメ まずりにゅう ぶたにく かまぼこ にんじん たまれぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまっとう またにく カスター コンソメ ともう ぶたにく かまぼこ にんじん たまれぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまん (大きない) からがり からがいも あぶら さとう ぶんにく カスター ロ・カッカん シャラかがいち あぶら シャフ・ア・シンボー カスター ロ・カッカん シャフ・ナーシャン かんばん むから からがり からがり からがり からがり からがり からがり かん はん しょうゆ エカリん かっつ かっと かんばん むから からがり からがいち あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きのぼしたいこん にんしん をゃいんげん しょうゆ さけ オーメーターチャンカルー ちょう しゃがいち カーカがけ からがにゅう カスターチャンカルー ちょう しゃがいち カーカがけ からがにゅう カーカが カーカがけ からがにゅう からがにゅう からがいち あぶら さとう ぶたにく あぶらあがけ きのぼしたいこん にんしん をゃいんげん しょうゆ さけ カーカがにゅう カーカがにゅう カーカがけ からがにゅう カーカがけ からがにゅう カーカがけ からがにゅう カーカがけ からがにゅう カーカがに カーカがけ かっと カーカがに カーカがに カーカがに カーカがけ カーカがに カーカル カーカがに	25.7
□ 「はん/ぎゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう からら とゅうまい きゅうり にんじん もやし しょうゆ オーマーボーとうふ かぶら ごまあぶら さとう かぶら ごまかぶら とりにく たんじん たけのこ しょうゆ デンメンシャン おき にんにく たまねぎ いけ・ウンシャン オイター こめ むぎ あぶら とりにく にんにく たまねぎ いけ・ウンシャン オイター さいうになってきいかけーシックフ きゅうにゅう おほしまかの ナーター さとう ごまあぶら ごま アロッコリー しょうゆ オーター・ファール (ぎゅうにゅう フラワーロール) ぎゅうにゅう フラワーロール (ぎゅうにゅう フラフーロール) きゅうにゅう フランス ファータ・カイター これがい カッカの カイター これがい あぶら ファーク・カッカの あぶら ファーク・カッカの あぶら ファーク・カッカの あぶら ファーナー・ファーカー ちゅうにゅう ボース・アーター ロール はっしゅう ファーク・ファーク カード・ファーク カード・ファーカー しょうゆ カリん さけ しまっか からん さいうにゅう ボース・アー・ファーカ カード・ファーカー ちゅうかめん あぶら アーフ・ファーカー しょうゆ みりん さけ しまっかったに さとう ボース・アー・ファーカー しょうゆ みりん さけ しょうか カーカん ファーナー・ファーカー おぶら ファーナー・ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー ファーカー カーカー ファーナー・ファーカー カーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカーカ	
おげしゅうまい あぶら さとう とゅうり にんじん もやし しょうゆ オーマンジャン かたくりっきとう おぶら ごまあぶら ぶたにく とうふ しょうが にんじん たけのこ しょうゆ デンメンジャン かたくりっきとう おおらい こまかぶら ぶたにく とうふ しょうが にんじん たけのこ しょうゆ デンメンジャン かたくりっきとう おおらい ことうか いまべく にんじん たまねぎ いけ ロク・ジャン・ジャン カイズ にんじん からい ひき あぶら とりにく にんじん にんじん ままねぎ いけ ロク・ジャン・メイスター とうもろこし えだまめ たまねぎ しょうゆ さけ カフスー ファッコリー とうう ごまあぶら ごま ボーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ せん・ドマ にゅう さとう ごまあぶら ごま ボーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう ロップリー とがんのスープ ボーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう アラワーロール だかいのし アラワーロール だかいら カぶら カラリ にんにく たまねぎ にんしん トマト しお こしょう アチャップ カフスター これが これがいも ぶらら フランク にんにく たまねぎ にんしん トマト しお こしょう ケチャップ カラムチャウダー スター これがいも ぶらい ベーコン たまねぎ にんしん トマト しお こしょう ケチャップ カラム・コンパメ こまり まゆうにゅう ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまっかにゅう またにく かまだにく カボミこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまん (素の)にゅう またにく カボらら ひゃし にら しま しょうゆ みりん かっ スターチャンなんばん むまら とり ぶたにく あぶらあげ からい にんしん ミャンボル しょうゆ さけ オリエー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	646
きゅうりともやしのナムル   ごまあぶら   さとう   きゅうり にんじん もやし   しょうゆ オータンジャンマーボーどうふ   かぶら   ごまかぶら   おきにく とうふ   とうが にんじん たまねぎ   おけ トッ・ジャンマーイスター   おきじしょく たなばた   とうめ まき あぶら   とりにく   にんにく にんじん   によいく たまねぎ   おけ トッ・ジャンマーイスター   とうが たいかい たいとか まれぎ   とうめ さけ オラスー   とうがんのスープ   さとう   ごまかぶら   こまかぶら   こまかぶら   こまかぶら   こまかぶら   こまかぶら   こまかぶら   こまかぶり   フロッコリー   しょうゆ オール・アクリーロール   ぎゅうにゅう   さず アクリーロール   でプロッコリー   ととうがん にんじん チンゲンサイ   しまうゆ オール・アクリーロール   でグロッコリー   しょうが たいしん   トッ・ジャン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	
マーボーとうか かぶら ごまあぶら かたにく とうか しょうが にんじん たけのこ しょうゆ デンメンジャン かたくりこととう かたくりこ きとう おぎ にんにく たまねぎ は かっシャン・オイター かっていか カッカン とうらんこし えだまめ たまねぎ しょうゆ さけ ガラスーとうがにゅう きゅうにゅう はしがたハンバーグ ゆでブロコリー きとう ごまあぶら ごま ブロッコリー しょうゆ オーシンソメ アラワーロール (後ゅうにゅう きゅうにゅう さけの ペン・マー きとう ごまあぶら ごま フロッコリー しょうゆ オーシンソメ アラワーロール (後ゅうにゅう ます) にんにく たんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ アラワーロール (後ゅうにゅう さけの ペン・マーシ とうがん にんじん デンゲンサイ しお こしょう カチャツ アラワーロール (後ゅうにゅう さからにゅう さからにゅう さからにゅう さからにゅう さからにゅう さんじん かまぼこ にんじん たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャツ アラムチャウター アター・エキオ にんじん かまはぎ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しゃうゆ かっかん あぶら でたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しょうゆ かっかん あぶら でたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しゃうかいに マーミナーチャンブルー あぶら かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい	
### にんじく たまれぎ おけ かかくジャン オイター とう かき あぶら とりにく にんじん しょうゆ きけ ガラスーク きゅうにゅう ましま こまか こまか こまか こまか こまか こまか こまか こまか こまか こま	22.5
からにゆう   とうもろこし えだまめ たまねぎ しお こしょう コンソメ   さゆうにゆう   さゆうにゆう   はしがたハンバーグ   フロッコリー   さとう ごまあぶら ごま   フロッコリー   とうがんのスープ   スーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ   世かんのりょうり フランス   フラワーロール   ざゆうにゆう   さけのパンこやき   こむぎこ パンこ あぶら さけ   にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう コンソメ   カスターソース しょうか オーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ   フラワーロール   でんでく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう コンソメ   フランカ   でんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう カチャップ   フランカ   でんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう かま マランカ   でんだく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう かっとう   でんでく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう カラムチャウター   できがいも   あぶら ベーコン   たまねぎ にんじん   たまれぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまっか   スター こまざこ   さゅうにゅう   ボーコン   ボーコンソメ   ボーコン   ボーコンリメ   ボーコン   ボーコンリメ   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコン   ボーコンリメ   ボーコン   ボーコンリメ   ボーコン	ース
ぎゅうにゅう   ぎゅうにゅう   ましまのデミハンバーグ   ましまのデミハンバーグ   ましままのデミハンバーグ   ましままのデミハンバーグ   ましま のデミハンバーグ   カスターソース しょうゆ す   カスターソース しょうゆ す   カスターソース しょうゆ す   カスターソース しょうゆ す   カボルのりょうり プランス   ブロッコリー   しょうゆ す   レまかんのりょうり プランス   ブロッコリー   しょう カンソメ   レまっ コンソメ   カボルのりょうり ブランス   ブラフーロール   ぎゅうにゅう   さけのパンこやき   こむぎこ パンこ あぶら   さけ   にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ カスチャウダー   でかいも   ボター こむぎこ パンこ あぶら   ボクーコン   大まねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ カスタープー   カッカル とりにく   カッカー   エもがいも カッカド   カッカ・シェルターチキンカレー   カッカら   カッカ・カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・カッカ・ファーナー   カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ・カッカ	
おほしさまのデシハンバーグ さとう ほしがたハンバーグ デミグラスソース ケチャックスターソース しょうゆ でプロッコリー さとう ごまあぶら ごま ペーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ フラワーロール/ぎゅうにゅう ごむぎこ パンこ あぶら さげ にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ フラケーロール/ぎゅうにゅう こむ むき こっか かぶら かたにく かまぼこ にんじん たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ カフト・マート こっかいち ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しお こしょう ボラスープ かつおぶし ボラグにゅう ぶたのかくに さとう ぶたにく しょうが しょうが しょうゆ みりん こはん/ぎゅうにゅう こめ むぎ こかくりこ かぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく しょうゆ さけ すめぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく しょうゆ さけ するがら さとう からら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうか にんしん たまねぎ ねぎ しょうゆ さけ するがら さとう からら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうか にんしん たいたん だいたん だいたん にんり しょうゆ さけ すがらい たんしん たいたん だいたん こまっな しょうゆ もっかっ カット・マト あがら さとう ぶたにく コーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソー・ドマト ちゅうにゅう ツナサラダ あぶら さとう ドネレスル にんしん たまねぎ ケチャップ ウスターソー・ドマト こめ むぎ じゃがいも バター とりにく コーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソー・ドマト じゅうにゅう ジャナ・アト といんん にんしん こまっな しょうゆ さけ さといいんげん こんにゃく	580
### #################################	.→°
ゆでブロッコリー さとう ごまあぶら ごま ブロッコリー しょうゆ す とうがんのスープ ベーコン とうふ かまぼこ とうがん にんじん チンゲンサイ しお こしょう コンソメ フラワーロール/ぎゅうにゅう フラワーロール ぎゅうにゅう にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャッ カぶら フランク にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャッ カット・マト しお こしょう ケチャッ かっと さまうどしく おきなわけん ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しお こしょう かっと ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまうにゅう ぶたのかくに さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく カキョ からし はっしょうゆ みりん ごはん/ぎゅうにゅう ぶたのかくに さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく かまびし しょうゆ みりん ごはん/ぎゅうにゅう ぶたしょう カぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうゆ さけ す かぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく きゃいんげん しょうゆ さけ す からら さら あぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく にんじん きゃいんげん しょうゆ さけ からし さがじる あぶら さとう ぶたにく カがいも カっとが かばちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しま みりん かっ かっと かっと からにゅう ジャナ・シカレー ながら カレールウ ぎゅうにゅう ジャナ・シャン たいこん にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソートマト ぶたどん ごん たんじん こまっな しょうゆ す マー・マー・ア・ド・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・	
とうがんのスープ	23.5
フラワーロール/ぎゅうにゅう フラワーロール   ぎゅうにゅう   さけのパンこやき   こむぎこ パンこ あぶら   さけ   にんにく   たまれぎ にんじん   トマト しお こしょう ケチャップ   フランク   にんにく たまれぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ   フラムチャウダー   じゃがいも   パター こむぎこ   ぎゅうにゅう   アラムチャウダー   じゃがいも   アクー こむぎこ   ぎゅうにゅう   アクース・イン   アクース・インス・イン   アクース・インス・インス・インス・インス・インス・インス・インス・インス・インス・イン	
さけのパンこやき こむぎこ パンこ あぶら さけ にんにく たまねぎ にんじん トマト しお こしょう ケチャップ ウラムチャウター じゃがいも あさり ベーコン たまねぎ にんじん さけ しお こしょう ケチャップ ウスターニョンソメ たまわざ にんじん ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しまう かっかんに さとう ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しょうゆ マーミナーチャンプルー あぶら ツナ とうふ もやし にら しお しょうゆ みりん こむ しょうゆ みりん こむ しょうゆ からん こむ さどう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく しょうが なんばん きゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう ちゅうにゅう ちゃし にら しお しょうゆ さけ す からしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さゃいんげん しょうゆ さけ かぼらゃ にんじん たきねぎ カチャップ ウスターソーターチャンカレー ちゃい トゥレーカ あぶら カレールウ ぎゅうにゅう コッナチョダ あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ かぼちゃ にんじん たきねぎ ケチャップ ウスターソー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	,
ラタトゥイユ	654
クラムチャウダー じゃがいも あさり ベーコン たまねぎ にんじん さけ しお こしょう コンソメ たまれぎ にんじん さけ しお こしょう おり たまり にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しょうか みりん さけ しょうか みりん さけ しょうか かっぱん でっきナーチャンプルー あぶら ツナ とうふ もやし にら しお しょうゆ みりん こはん きゅうにゅう だからにゅう だっかくに さとう ぶたにく サモンなんばん こむぎこ かたくりこ きゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう こめ むぎ きゅうにゅう こかたくりこ おぶら さとう ぶたにく しょうが にんにく しょうが にんにく カボらら さとう ボーン なんばん あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ かぼちゃ にんじん さやいんげん しょうゆ さけ するがら さとう あぶら ことう ぶたにく あぶらあげ かぼちゃ にんじん だいいん ごぼう ねぎ しょうゆ しは みりん かっか でメーチャンカレー あぶら じゃがいも あつあげ かぼちゃ にんじん だいにん ごぼう ねぎ しょうゆ さけ かぼちゃ にんじん だいこん でんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソートマト あぶら カレールウ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きゅうにゅう だんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソートマト まゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だっしんにく にんじん たまねぎ しょうゆ す	
クラムチャウダー じゃがいも あさり ベーコン たまねぎ にんじん さけ しお こしょう コンソメ 9 水 きょうどしょく おきなわけん ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけ しょうゆ みりん さとう ぶたにく しょうが しょうゆ しお しょうゆ みりん こよく マーミナーチャンプルー あぶら ツナ とうふ もやし にら しお しょうゆ みりん こはん/ぎゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう こむぎこ かたくりこ とりにく しょうが にんにく しょうゆ さけ す あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ かばちゃ にんじん さゃいんげん しょうゆ さけ まりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ かばちゃ にんじん だいさん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かっ ボターチャンカレー こめ むぎ じゃがいも かっあげ かばちゃ にんじん だいさん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かっ ボターチャンカレー ちがら さゃがいも グラーゲートマト にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターツートマト ぶらう カレールウ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ボルールウ きゅうにゅう ボルールウ おぶら さとう ツナ キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ すけ さたどん こまりが たまねぎ しょうゆ さけ さとう	
バター こむぎこ ぎゅうにゅう   コンソメ   フェックス   フ	27.4
9 水 きょうどしょく おきなわけん ちゅうかめん あぶら ぶたにく かまぼこ にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん さけし ブラスープ かつおぶし ぎゅうにゅう ぶたのかくに さとう ぶたにく しょうが しょうが しょうゆ マーミナーチャンプルー あぶら ツナ とうふ もやし にら しお しょうゆ みりん 10 木 しょくべのひ みやざきけん ごはん/ぎゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう かんくりこ あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん しょうゆ さけ するぶら さとう ぶたにく あぶらあげ かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ さけ がぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご バターチャンカレー あぶら カレールウ あぶら カレールウ ぎゅうにゅう ジャナサラダ あぶら さとう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かばちゃ にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソーディト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト・マト	
	3
ぶたのかくに さとう ぶたにく しょうが しょうゆ しょうゆ みりん マーミナーチャンプルー あぶら ツナ とうふ もやし にら しお しょうゆ みりん 10 木 しょくいくのひ みやざきけん ごはん/ぎゅうにゅう こめ むぎ ぎゅうにゅう チキンなんばん あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん しょうゆ さけ さぶじる あぶら じゃがいも あつあげ かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご バターチキンカレー こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソーあぶら カレールウ ぎゅうにゅう ツナサラダ あぶら さとう ツナ キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す	597
マーミナーチャンプルー   あぶら   ツナ とうふ   もやし にら   しお しょうゆ みりん     10   木	
10   木   しょくいくのひ みやざきけん   ごはん/ぎゅうにゅう   こめ むぎ   ぎゅうにゅう   とりにく   しょうが にんにく   しょうゆ さけ す   あぶら さとう   まりぼしだいこんのいために   あぶら さとう   あぶら さとう   あぶら じゃがいも   あつあげ   かぼちゃ にんじん ざゃいんげん しょうゆ しお みりん かつご   ボターチキンカレー   こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ   ケチャップ ウスターソートマト   ぎゅうにゅう   ツナサラダ   あぶら さとう   ジャン・カット   ボター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ   ケチャップ ウスターソートマト   ボターチャンカレー   おぶら さとう   ボター・スター・スター・スター・スター・スター・スター・スター・スター・スター・ス	
こはん/ぎゅうにゅう   こめ むぎ   ぎゅうにゅう   とりにく   しょうが にんにく   しょうゆ さけ す   まりぼしだいこんのいために   あぶら さとう   ぶたにく あぶらあげ   きりぼしだいこん にんじん さやいんげん   しょうゆ さけ   ざぶじる   あぶら じゃがいも   あつあげ   かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご   バターチキンカレー   こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ   ケチャップ ウスターソートマト   ぎゅうにゅう   ツナサラダ   かぶら さとう   ツナ   キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す   ぶたどん   こめ むぎ あぶら   ぶたにく   にんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ す   さとう   さやいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さとり   さゃいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さとり   さゃいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにゃんにんにゃく   こんにゃんにんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃくんにんにんにんにゃく   こんにゃく   こんにゃ	29.4
こはん/ぎゅうにゅう   こめ むぎ   ぎゅうにゅう   とりにく   しょうが にんにく   しょうゆ さけ す   まりぼしだいこんのいために   あぶら さとう   ぶたにく あぶらあげ   きりぼしだいこん にんじん さやいんげん   しょうゆ さけ   ざぶじる   あぶら じゃがいも   あつあげ   かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご   バターチキンカレー   こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ   ケチャップ ウスターソートマト   ぎゅうにゅう   ツナサラダ   かぶら さとう   ツナ   キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す   ぶたどん   こめ むぎ あぶら   ぶたにく   にんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ す   さとう   さやいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さとり   さゃいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さとり   さゃいんげん こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにゃく   こんにく しょうが たまねぎ   しょうゆ さけ   さゃいんげん こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにく   こんにく   こんにゃく   こんにゃんにんにゃく   こんにゃんにんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃく   こんにゃくんにんにんにんにゃく   こんにゃく   こんにゃ	
チキンなんばん こむぎこ かたくりこ とりにく しょうが にんにく しょうゆ さけ す あぶら さとう きりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん しょうゆ さけ さぶじる あぶら じゃがいも あつあげ かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご パターチキンカレー こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソーあぶら カレールウ トマト ぎゅうにゅう ツナサラダ あぶら さとう ツナ キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す ぶたどん こめ むぎ あぶら ぶたにく にんにく しょうが たまねぎ しょうゆ す	606
あぶら さとう きりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん しょうゆ さけ ざぶじる あぶら じゃがいも あつあげ かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かっこ バターチキンカレー こめ むぎ じゃがいも バター とりにく ヨーグルト チーズ にんにく にんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソーあぶら カレールウ ドマト ぎゅうにゅう ツナサラダ あぶら さとう ツナ キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す ぶたどん こめ むぎ あぶら ぶたにく にんにく しょうが たまねぎ しょうゆ す	
***   きりぼしだいこんのいために あぶら さとう ぶたにく あぶらあげ きりぼしだいこん にんじん さやいんげん しょうゆ さけ ざぶじる あぶら じゃがいも あつあげ かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうゆ しお みりん かつご かく でんじん たまねぎ ケチャップ ウスターソー あぶら カレールウ トマト ぎゅうにゅう ツナサラダ あぶら さとう ツナ キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す ぶたどん こめ むぎ あぶら ぶたにく にんにく しょうが たまねぎ しょうゆ す さやいんげん こんにゃく	
11   金   バターチキンカレー	23.8
A	51
11   金   ぎゅうにゅう   ぎゅうにゅう   キャベツ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す   がたどん   こめ むぎ あぶら ぶたにく   にんにく しょうが たまねぎ しょうゆ さけ   さとう   さやいんげん こんにゃく	
***ベッ だいこん にんじん こまつな しょうゆ す	641
カー・	_
さとう さやいんげん こんにゃく	21.5
さとう さやいんげん こんにゃく	
さとう さやいんげん こんにゃく	
	619
4 月 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう しいにく アストラミ リスノスイ トラギ フェイド インス・フェア	
14   月	
キャヘッ・もやし	26.5
グレープゼリー グレープゼリー クレープゼリー ター・フェスス・デートリ	

- ※ 行事や材料の都合により変更する場合もありますのでご了承ください。
- ※ 献立名で〇で囲んであるものはかみかみメニューの一つです。



## 食育の日の献立紹介





\_\_\_\_\_ 今月は宮崎県のメニュー「チキン南蛮風」と「ざぶ汁」です。

チキン南蛮は、昭和30年代に延岡市内の洋食店で、賄い料理として作られたのが始まりです。当時は「鶏から揚げ甘酢漬け」とも呼ばれる料理でしたが、その後、タルタルソースをかけサラダなどを添える現代のスタイルになりました。チキン南蛮の「南蛮」とは、もともと戦国時代に来日したポルトガル人や、その文化を表す言葉です。 ざぶ汁は、主に根菜類の野菜などの食材を"ざぶざぶ"と煮ることからこの名前がつきました。県央東部に位置する都農町(つのちょう)に主

ざぶ汁は、主に根菜類の野菜などの食材を"ざぶざぶ"と煮ることからこの名前がつきました。県央東部に位置する都農町(つのちょう)に主に伝わる郷土料理です。手に入りやすい野菜で作られていることから、年中食べることができ、行事食というよりは日常の家庭料理として食されています。

### 作り方 ざぶ汁 ①煮干しでだしを取る 材料 (給食の分量×4人分) サラダ油 1.5g こいくちしょうゆ 12g ②野菜、厚揚げを一口大に切る じゃがいも 40 g 塩 1.5g かぼちゃ 50 g みりん 2.5g ③鍋に油を温めて、にんじん、だいこん、ごぼうを炒めたら、だし汁を加えて煮る にんじん 25g 煮干しだし 15g ④厚揚げ、じゃがいも、かぼちゃを加えてさらに煮る 60 g だいこん ごぼう 30g ⑤材料に火が通ったら、調味料を入れて味を調える 厚揚げ $40\,\mathrm{g}$ ⑥ねぎを加えてひと煮たちする ねぎ 15g