

令和8年度

こんだてひょう



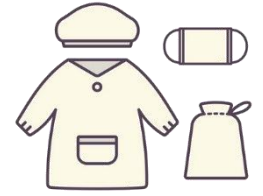
氷見市立湖南小学校

日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える
7		ごはん 牛乳 ポークシューマイ ビーフンのカレー炒め しめじスープ	ぎゅうにゅう ポークシューマイ ぶたにく とうふ	ごはん あぶら ビーフン さとう でんぶん	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン もやし はくさい ねぎ しめじ
8	給食の旅 (兵庫県)	コッペパン 牛乳 ゆずみそチキン 黒豆ポテトサラダ 白ねぎのスープ	ぎゅうにゅう とりにく みそ くろまめ ハム ベーコン	コッペパン さとう オリーブオイル じゃがいも マヨネーズ	ゆず たまねぎ にんじん にんにく ねぎ パセリ
11		ごはん 牛乳 焼きししゃも ごまみそあえ けんちん汁	ぎゅうにゅう こもちししゃも みそ とうふ	ごはん ごま さとう あぶら さといも ごまあぶら	こまつな キャベツ えのきたけ だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ
12		ごはん 牛乳 ミックスみそ豆 キャベツのゆかりあえ にら玉汁 ヨーグルト	ぎゅうにゅう だいち みそ こうやどうふ たまご ヨーグルト	ごはん でんぶん あぶら さとう しらたまふ	きゅうり キャベツ しそ にら たまねぎ にんじん だいこん
13	運動会 予行	むぎごはん 牛乳 ドライカレー 大根サラダ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく ソイミート	むぎごはん あぶら さとう ナタデココ しらたまもち ゼリー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン コーン だいこん きゅうり キャベツ もも りんご パイン みかん
14		ごはん 牛乳 チンジャロースー きゅうりの華風漬け 春雨スープ 冷凍みかん	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ	たけのこ ピーマン しょうが あかピーマン きゅうり ほししいたけ もやし にんじん ねぎ みかん
15		こめこ 米粉パン アシドミルク ささみチーズフライ 小松菜のコーンあえ コンソメスープ 誓りんごゼリー	アシドミルク ささみチーズフライ ベーコン たまご	こめこパン あぶら でんぶん あおりんごゼリー	こまつな もやし コーン にんじん はくさい たまねぎ ねぎ
19		ごはん 牛乳 トンカツ 添え野菜 豆腐のすまし汁 きなこ豆	ぎゅうにゅう とんかつ とうふ きなこまめ	ごはん あぶら	キャベツ きゅうり コーン にんじん ねぎ
20		むぎごはん 牛乳 オムレツ フルーツヨーグルトあえ チリコンカン	ぎゅうにゅう オムレツ ヨーグルト ミックスビーンズ ぶたにく	むぎごはん オリーブオイル でんぶん	パイン もも みかん パナナ にんにく たまねぎ にんじん トマト

4・5月 給食の目当て

○衛生に気をつけて食事をしよう

- 1・2年生…石けんできていないに手を洗おう。
- 3・4年生…手の洗い方や服装に気を付けよう。
- 5・6年生…協力して能率よく準備や後片付けをしよう。



日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える
21		ごはん 牛乳 赤魚の西京焼き 小松菜の納豆あえ じゃがいものみそ汁	ぎゅうにゅう あかうお みそ なつとう あぶらあげ	ごはん じゃがいも	こまつな キャベツ たまねぎ えのきたけ にんじん ねぎ
22		食パン 牛乳 鶏肉のレモンソースかけ 花野菜サラダ ミネストローネ チョコ大豆クリーム	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょくパン さとう マヨネーズ オリーブオイル マカロニ チョコだいちクリーム	しょうが レモン ブロッコリー カリフラワー にんじん セロリ きゅうり たまねぎ にんにく トマト パセリ
25		ごはん 牛乳 がんもの含め煮 小松菜の切り干しあえ なめこ汁	ぎゅうにゅう がんもどき とうふ みそ	ごはん さとう ごま	こまつな キャベツ なめこ きりぼしだいこん だいこん にんじん ねぎ
26		ごはん 牛乳 コロッケ キャベツとインゲンのごまあえ 団子汁 いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう コロッケ みそ とりにく いちごヨーグルト	ごはん あぶら さとう ごま だんご	キャベツ にんじん だいこん さやいんげん ごぼう ねぎ
27		ごはん 牛乳 さわらの塩焼き わかめの甘酢あえ 肉じゃが	ぎゅうにゅう さわら わかめ ぶたにく	ごはん さとう あぶら じゃがいも	もやし きゅうり にんじん たまねぎ えだまめ
28	5月の お祝い デー	ゆかりごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのおひたし かき玉汁 いちごパンナコッタ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ たまご	ごはん でんぶん さんおんとう いちごパンナコッタ	しそ しょうが ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ しめじ コーン ねぎ
29		バターコッペパン 牛乳 クリスピーチキン コーンあえ 米粉のスープ	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ ベーコン なまクリーム	バターコッペパン マヨネーズ パンこ シリアル あぶら こめこ	こまつな キャベツ コーン たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー カリフラワー グリーンピース

※太字は氷見産の食材です。

