

令和6年度

こんだてひょう



日 曜	ぎょうじしよくとう 行事食等	こん 献 だて 立	しょう しょうくひんめい 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 ちょうし ととの 体の調子を整える
2 月		ごはん ぎゅうにゅう カレーコロッケ 青菜のコーンあえ こめこ 米粉スープ	ぎゅうにゅう カレーコロッケ とりにく	ごはん あぶら じゃがいも こめこ	キャベツ にんじん こまつな コーン たまねぎ ブロッコリー
3 火		ごはん ぎゅうにゅう やさいい 野菜入りシュマイ ブロッコリーサラダ はっほうさい 八宝菜	ぎゅうにゅう やさいいりシュマイ にくだんご うずらたまご	ごはん あぶら さとう でんぶん	キャベツ にんじん コーン ブロッコリー たまねぎ もやし ほししいたけ たけのこ はくさい
4 水		カレーごはん ぎゅうにゅう ジャンバラヤ 枝豆サラダ コンソメスープ	ぎゅうにゅう ウィンナー ぶたにく とりにく	ごはん パター オリーブオイル マヨネーズ じゃがいも	にんにく たまねぎ きピーマン あかピーマン トマト にんじん キャベツ ブロッコリー パセリ えだまめ マッシュルーム コーン
5 木		ごはん ぎゅうにゅう きびなごのかりかり揚げ きゅうりとわかめの甘酢あえ 厚揚げのみそ汁	ぎゅうにゅう きびなごのかりかりあげ わかめ あつあげ みそ	ごはん あぶら さとう ごま じゃがいも	きゅうり もやし えのきたけ にんじん ねぎ
6 金		しょうく ぎゅうにゅう 食パン 牛乳 チーズポテトエッグ アスパラサラダ チリコンカン	ぎゅうにゅう チーズポテトエッグ ミックスビーンズ ぶたにく	しょうくパン さとう オリーブオイル あぶら	アスパラガス きゅうり もやし にんじん にんにく たまねぎ トマト
9 月	ちようよう 重陽の せつくこんだて 節句献立	ごはん ぎゅうにゅう とりにく てきか 鶏肉の摘みそソースかけ こまつな き ぼ 小松菜の切り干しあえ い じる なす入りそうめん汁	ぎゅうにゅう とりにく みそ	ごはん ごま そうめん	なだうらてきかみかん こまつな キャベツ にんじん しょうが きりぼしだいこん なす ねぎ たまねぎ ほししいたけ
10 火		ごはん ぎゅうにゅう すぶた 牛乳 酢豚 もやしのナムル はるさめ 春雨スープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	ごはん でんぶん あぶら ごまあぶら さんおんとう ごま さとう はるさめ	しょうが にんじん たまねぎ ピーマン ほししいたけ もやし きゅうり コーン ねぎ
11 水		ごはん ぎゅうにゅう やさいい こんぶつ 牛乳 カップエッグ 野菜の昆布漬け じゃがいものそぼろ煮	ぎゅうにゅう たまご ベーコン こんぶ ぶたにく	ごはん じゃがいも あぶら さとう でんぶん	ブロッコリー キャベツ きゅうり にんじん しょうが たまねぎ しめじ グリンピース
12 木		ごはん ぎゅうにゅう とりにく 牛乳 鶏肉のチリソース かふう きゅうりの華風あえ ビーフンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま ごまあぶら ビーフン	しょうが にんにく ねぎ きゅうり たまねぎ にんじん ほししいたけ もやし
13 金	ひみのひ こんだて 献立	むぎごはん ぎゅうにゅう 麦ごはん 牛乳 ひみつ子ドライカレー とうもろこし フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく ソイミート にぼしこ	むぎごはん あぶら さとう ナタデココ カラフルボール カットゼリー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン コーン もも パイン

8・9・10月 給食の目当て

〇丈夫な体を作るための食事について考えよう

- 1・2学年…赤・黄・緑の食べ物を知り、量を考えて食べる。
- 3・4学年…赤・黄・緑の食べ物の働きを知り、自分に合った量や内容を考えて食べる。
- 5・6学年…食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解し、自分に合った量や内容を考えて食べる。



日 曜	ぎょうじしよくとう 行事食等	こん 献 だて 立	しょう しょうくひんめい 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 ちょうし ととの 体の調子を整える
17 火	お月見 こんだて 献立	ごはん ぎゅうにゅう さといち 牛乳 里芋コロッケ やさい 野菜のごまひたし たまじる にら玉汁 お月見大福	ぎゅうにゅう さといもコロッケ みそ たまご	ごはん あぶら ごま でんぶん おつきみだいふく	キャベツ きゅうり コーン にんじん にら たまねぎ えのきたけ
18 水		ごはん ぎゅうにゅう てづく 牛乳 手作りハンバーグ さんしよくやさい 三色野菜のあえもの ミネストローネ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ベーコン	ごはん パンこ さとう ごま じゃがいも あぶら	たまねぎ こまつな もやし にんじん セロリ にんにく パセリ
19 木		ごはん ぎゅうにゅう み あ 牛乳 すり身揚げ きんぴら じゃがいもの金平 だいこん あぶら あ 大根と 油 揚げのみそ汁	ぎゅうにゅう すりみ ぶたにく あぶらあげ わかめ みそ	ごはん さとう でんぶん あぶら ごまあぶら ごま じゃがいも さといも	にんじん ごぼう ねぎ だいこん グリンピース
20 金		コッペパン オレンジジュース ササミカツ 糸寒天サラダ こめこ 米粉のシチュー	ササミカツ とりにく ぎゅうにゅう	コッペパン あぶら じゃがいも こめこ	オレンジジュース ブロッコリー もやし コーン たまねぎ しめじ にんじん グリンピース
24 火	お彼岸 こんだて 献立	おはぎ ぎゅうにゅう 牛乳 こまつな き ぼ 小松菜の切り干しあえ じる さつま汁	ぎゅうにゅう きなこ とりにく あぶらあげ みそ	もちごめ ごま さとう さつまいも	こまつな キャベツ にんじん きりぼしだいこん しょうが たまねぎ ねぎ
25 水	エスディーゼース SDGs こんだて 献立	むぎごはん ぎゅうにゅう 麦ごはん 牛乳 おからコロッケ かいそう 海藻サラダ まるっとキーマカレー	ぎゅうにゅう おからコロッケ かいそう ぶたにく ソイミート	むぎごはん さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも	もやし きゅうり コーン しょうが にんにく たまねぎ トマト にんじん ピーマン
26 木		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの銀紙焼き さんしよく 三 色ナムル ながいも じる 長芋のみそ汁	ぎゅうにゅう さばのぎんがみやき あぶらあげ みそ	ごはん ごまあぶら ごま ながいも じゃがいも	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ
27 金		コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 スパイシーチキン マリネサラダ コーンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン たまご	コッペパン さとう じゃがいも あぶら でんぶん	しょうが にんにく キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン ねぎ
30 月		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ポークメンチカツ やさいい せんぎ 野菜の干切りサラダ く じる 真だくさん汁	ぎゅうにゅう ポークメンチカツ ぶたにく みそ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	キャベツ だいこん にんじん レモン にんにく しょうが たまねぎ ほししいたけ

※太字は氷見産の食材です。

