

2025 2 11月学校給食献立予定表 ② 西那須野学校給食共同調理場



						リードング 西那派			項野学校給食共同調理場			
	曜	こんだて名			も な 🕏				えいようりょう			
	唯	ごん だて めい 献 立 名	(あかのな			りのなかま) 4.87	(きいろのな	かま)	エネルキ・		脂質 (g)	塩分 (~)
		ココアあげパン(槻小・東小・南小・西小)	1群 とり肉	2群 牛乳	3群	4群 大根・えだまめ	5群	6群 油	(kcal)		(g) 23.6	(g) 2.1
4	۱,۲	ココアパン(三小・大山小)・牛乳		十子し かたくちいわし		きゅうり・はくさい		/ 四 ドレッシング	J+3	20.4	20.0	۲.۱
'		チキンサラダ・ちゃんぽんうどん・ミニフィッシュ			C & 2/&			ごま油		中学校	I I 交なし	
		ごはん・牛乳		牛乳	にんじん		米	C 01/16	612	26.0		2.3
5	zk	いわしのごまみそに	かつおぶし			キャベツ	さとう				·	
		やさいのうめかつおあえ・大根のみそ汁				うめ・大根			783	32.1	24.0	2.8
		牛乳パン・牛乳	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ・きゅうり	パン	たまごぬきマヨネーズ	620	24.6	22.7	2.5
6	木	肉だんご (2・2)	ツナ(まぐろ)		トマト	とうもろこし	じゃがいも	油				
		ツナサラダ・ミネストローネ	ベーコン・豆			たまねぎ	マカロニ		840	32.5	27.7	3.4
		ごはん・牛乳		牛乳		きりぼし大根		油	661	24.4	19.0	2.7
7		黄だいフライ・ソース	さつまあげ・ぶた肉		いんげん		さとう					
	LI	きりぼし大根のいために・じゃがいものみそ汁	とうふ・みそ			ねぎ	じゃがいも		839	30.1	22.2	3.2
【地産地消週間】10日から14日は地元の食材をたくさん取り入れています。												
		コッペパン・牛乳・いちごジャム	たまご	牛乳	トマト	たまねぎ	パン	油	622	24.6	22.3	2.5
10	月	オムレツ・ペンネのトマトに	ぶた肉			しめじ・キャベツ	ペンネ	オリーブオイル	022	2 1.0	22.0	2.0
	, ,	コンソメスープ				いちご	さとう		836	32.2	28.4	3.4
		ごはん・牛乳	とり肉	牛乳	にんじん		米	ごま		29.7	20.0	2.2
11	火	とり肉のきのこソースかけ	とうふ	こんぶ		キャベツ・きゅうり	さといも					
		キャベツのしおこんぶあえ・さといものみそ汁	ぶた肉・みそ			もやし・ねぎ			811	35.6	22.8	2.7
		ごはん・牛乳	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ・もやし	米	油	661	27.2	19.4	2.7
12	水	ハンバーグのてりやき	油あげ・ぶた肉			にら・大根	さとう					
		おひたし・とん汁	とうふ・みそ			ごぼう・ねぎ	じゃがいも		843	34.0	22.6	3.3
		ホットドッグ(コッペパン・やきウインナー・	ウインナー	牛乳	ブロッコリー	キャベツ	パン	ドレッシング	610	29.2	24.4	2.9
13	木	ケチャップ)・牛乳	とり肉		にんじん	きゅうり・大根	じゃがいも					
		グリーンサラダ・ポトフ	ハム			しめじ・たまねぎ			867	39.4	34.9	4.0
		ごはん・牛乳		牛乳		しめじ・たまねぎ	1	油	664	26.4	23.1	2.0
14	金	ぶた肉としめじのいためもの	とうふ		ほうれんそう	もやし・キャベツ	さとう	ごま				
	!	ごまあえ・なめこのみそ汁	油あげ・みそ			なめこ・大根・ねぎ	 			31.3		2.3
4-		はちみつバターパン(中のみ)・牛乳	ぶた肉	牛乳		大根・きゅうり			605	27.2	18.3	2.7
17	月	肉シューマイ(2・3)			ほうれんそう	えだまめ・キャベツ						
		大根サラダ・しおタンメン	1-10 db	上回		もやし・とうもろこし				39.5		4.0
10	111	ごはん・牛乳 機小リクエスト献立		牛乳		とうもろこし		油		25.5	21.8	2.4
10	ᄴ	とりのからあげ / エス・ゴ	ハム たまもば		にんじん	大根・はくさい		ドレッシング				0.0
		ブロッコリーサラダ・キムチスープ		上回	IT = 10 / 7 =	しめじ・えのき もやし・きゅうり		ドレッシング		30.5		2.9
19	71/	ごはん・牛乳	とり肉・ハム ^{大豆・油あげ・とうふ}			大根・ねぎ	_ ·	トレッシンク 油	633	29.0	22.9	2.0
19	小				こまつな			沺	004	05.0	07.4	0.0
		もやしと大豆のサラダ・まろやかみそ汁 バターパン・牛乳		牛乳		とうもろこし	パン	ドレッシング		35.3		2.3
20		カップグラタン・コーンサラダ	121/5	╈		きゅうり・たまねぎ			000	22.8	26.6	2.5
20	\\\\	ホワイトシチュー				マッシュルーム		畑 バター	070	29.1	247	3.3
		~'L' L	さわら・みそ・大豆	上 到	にんじん			油		29.1		2.1
21	金	こはん・午乳 和食の日献立 さわらのみそやき て	ぶた肉・油あげ	: '		えだまめ	さとう	/Ш	030	29.4	21.1	۷.۱
_ '	312	ひじきのいために・すまし汁	とり肉・とうふ		200 270	しめじ	でんぷん		807	35.7	247	2.5
		ごはん・牛乳 面小リクエスト献立		牛乳	にんじん	キャベツ	米・パンこ	油		23.9		2.9
25	火	ハムカツ・ソース・はるさめサラダ		わかめ	10070	きゅうり		心 ごま油	030	20,9	22.0	2.5
		わかめととうふのみそ汁	止あげ・みそ			ねぎ	さとう	ごま	884	29.1	264	3.5
		ごはん・牛乳		牛乳		しめじ・たまねぎ		油		25.0		2.6
26	水	ハッシュドポーク	J . _ 1 J	. 33		キャベツ	じゃがいも	•	, 50	20.0	20.1	۷.پ
		フレンチサラダ・ゼリー				きゅうり・りんご			896	29.5	268	3.0
27	木	丸パン・牛乳	たら・豆	牛乳		とうもろこし	パン	油		29.0		2.5
		白身魚フライ・タルタルソース	_			キャベツ		・ ー ドレッシング	2.5			5
		やさいサラダ・ようふうたまごスープ	たまご			たまねぎ・しめじ	じゃがいも		835	35.4	30.7	3.1
		ごはん・牛乳		牛乳	ほうれんそう		米	ごま			23.5	2.3
28	金	ビビンバ(肉いため・ナムル)	大豆・ベーコン		にんじん	きくらげ	さとう	ごま油				
		ちゅうかスープ	とうふ		こまつな	キャベツ		ドレッシング	849	36.0	30.6	2.7
		都合により変更するときがあります。				月平均栄養量		学年)	650	26.6	22.2	2.4
© ()157	対策のため生野菜は出していません。				小学校基準栄養量		650	26.0	21.7	2.0	
							平均栄養量(中学生)		841	33.3	27.3	3.1
l l							中学校基準栄養量			33.2	27.7	2.5