



日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる		備考
		たんすいかぶつ	ししつ	たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン		
9 日 (水)	ごはん	こめ						大野小学校
	もずくのみそ汁			とうふ みそ	もずく		ねぎ えのきたけ	
	とり肉 にく なんばんづ の南蛮漬	じゃがいもでんぶん さとう	あぶら ごまあぶら	とりにく			しょうが ねぎ	
	かおりあえ	さとう				にんじん あおじそ	キャベツ きゅうり	
	(小) 清見 きよみ オレンジ						きよみオレンジ	
	(中) お祝いいちごゼリー	さとう みずあめ		とうにゅう			いちご	
エネ ル ギ- (kcal)								
小585	(中) お祝いいちごゼリー	さとう みずあめ		とうにゅう			いちご	給食開始
中743	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
10 日 (木)	ごはん	こめ						山田小学校 給食開始
	はるやさい にも 春野菜の煮物	じゃがいも じゃがいもでんぶん さとう	あぶら	ぶたにく ぎょにく とうふ だいず		にんじん	こんにゃく ごぼう たけのこ ふき	
	ます しお の塩こうじ焼き			ます				
	ごまあえ	さとう	ごま			にんじん こまつな	キャベツ	
小614	ごまあえ	さとう	ごま			にんじん こまつな	キャベツ	
中772	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
11 日 (金)	ごはん	こめ						黒崎南小学校 給食開始
	とうふのちゅうかに	さとう じゃがいもでんぶん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	ねぎ はくさい しいたけ メンマ しょうが にんにく	
	ちゅうかサラダ	はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら			にんじん	もやし きゅうり	
	いちごゼリー	さとう					いちご	
	中757	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
14 日 (月)	ごはん	こめ						
	はるやさい じる 春野菜汁	じゃがいも		なまあげ みそ		にんじん さやえんどう	かぶ ごぼう	
	とり肉 にく とだいずのごまからめ	じゃがいもでんぶん さとう	あぶら ごま	だいず とりにく			しょうが	
	しおもみ						キャベツ きゅうり	
	中764	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
15 日 (火)	ごはん	こめ						大野小学校 1年生開始
	マーボー どん 丼 (ごはん)	さとう じゃがいもでんぶん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく だいず みそ		にら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ	
	もやしのナムル	さとう	ごまあぶら			こまつな	もやし コーン	
	いちご						いちご	
	中753	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
16 日 (水)	ごはん	こめ						黒崎南小学校 1年生開始
	チキンカレー	じゃがいも こめこ さとう じゃがいもでんぶん	あぶら	とりにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	
	コーンサラダ		あぶら				キャベツ きゅうり コーン	
	(小) お祝いいちごゼリー	さとう みずあめ		とうにゅう			いちご	
	(中) 清見 きよみ オレンジ						きよみオレンジ	
	中764	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
17 日 (木)	こむぎ 小麦かぼちゃパン	こむぎこ さとう	ショートニング		だっしふんにゅう	かぼちゃ		
	ポークビーンズ	じゃがいも さとう じゃがいもでんぶん	あぶら こめこ	しろいんげんまめ ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ グリーンピース	
	ツナとブロッコリーのサラダ		あぶら	ツナ		ブロッコリー	キャベツ コーン たまねぎ	
	中787	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
18 日 (金)	ごはん	こめ						
	キャベツのみそ汁 しる	じゃがいも		なまあげ みそ			ねぎ キャベツ	
	チキンたれかつ	こむぎこ さとう コーンスターチ タピオカスターチ じゃがいもでんぶん	あぶら	とりにく				
	コーン い 入りひたし					こまつな にんじん	もやし コーン	
	中786	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		

21 日 (月)	なめし	こめ さとう		かつおけすりぶし		ひろしまな きょうな だいこな		中野小屋中学校 なし
	こまつなのみそ汁 ^{しる}	じゃがいも		なまあげ みそ		こまつな にんじん	ねぎ	
	しろみ ^{ざかな} 白身魚フライ	こむぎこ	あぶら	たら				
	小612 アーモンドキャベツ		アーモンド				キャベツ きゅうり	
中788	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
22 日 (火)	ごはん	こめ						中野小屋中学校 3年生なし
	わか ^{たけ} じる 若竹汁			とうふ みそ	わかめ		えのきたけ ねぎ たけのこ	
	ハンバーグケチャップソース	じゃがいもでんぶん さつまいもでんぶん さとう	ぎゅうし あぶら	とりにく ぶたにく だいず		トマト	たまねぎ しょうが にんにく	
	小654 ビーンズサラダ	じゃがいも	たまごぬきマヨネーズ	だいず		にんじん	きゅうり コーン	
中831	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
23 日 (水)	ごはん	こめ						中野小屋中学校 3年生なし
	じゃがいものみそ汁 ^{しる}	じゃがいも		とうふ みそ		こまつな	えのきたけ ねぎ	
	ししゃもフライ	こむぎこ コーンスターチ	あぶら		ししゃも			
	小612 きりぼ ^{だいこん} 切干し大根の や ^{いた} 焼きそばソース炒め		あぶら	ぶたにく	あおのり	にんじん ピーマン	きりぼしだいこん もやし	
中798	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
24 日 (木)	たけのこごはん	こめ さとう		あぶらあげ		にんじん	たけのこ	
	とうふのみそ汁 ^{しる}	じゃがいも		とうふ みそ		さやえんどう	ねぎ えのきたけ	
	あつやきたまご	さとう こめでんぶん	あぶら	たまご				
	小571 アーモンドあえ	さとう	アーモンド			こまつな	キャベツ きりぼしだいこん	
中730	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
25 日 (金)	ごはん	こめ						
	ごもくじる 五目汁			なまあげ		にんじん こまつな	えのきたけ ねぎ こんにゃく	
	さばの ^{てりや} 照焼き	さとう		さば				
	小604 のりすあえ				のり	ほうれんそう にんじん	もやし	
中749	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
28 日 (月)	ごはん	こめ						
	にく ^{じる} 肉じゃが	じゃがいも さとう	あぶら	ぎゅうにく ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	
	てっかみそ	さとう	あぶら	だいず みそ		にんじん	ごぼう	
	小606 ごま入 ^い りふうみづけ		ごま				キャベツ きゅうり しょうが	
中763	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
30 日 (水)	ごはん	こめ						
	けんちん汁 ^{しる}	じゃがいも	あぶら	とうふ		にんじん こまつな	ねぎ ごぼう こんにゃく	
	レバー入 ^い りメンチカツ	じゃがいもでんぶん とうもろこしでんぶん こむぎこ	あぶら	ぶたにく ぶたレバー だいず			たまねぎ	
	き ^{こんぶ} 切り昆布の煮つけ	さとう	あぶら	ぎょにく だいず	こんぶ	にんじん	れんこん	
小637	(中) かんそう小 ^{こざかな} 魚	さとう みずあめ			かたくちいわし			
中804	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			

にゅうがく

しんきゅう

ご入学・ご進級おめでとうございます。



きだい むね きぼう み しんねんど はじ こころ おお せいちょう
期待に胸をふくらませ、希望に満ちた新年度の始まりです。心もからだも大きく成長するためには、
けんこう だいいち けんこう たも もっと じゅうよう まいにち しょくじ きゅうしょく
健康が第一です。その健康を保つため、最も重要なのが毎日の「食事」です。給食センターでは
あんぜん えいよう かんが きゅうしょく こ とど ちから あ がんば
安全でおいしく、栄養を考えた給食を子どもたちに届けられるよう、力を合わせて頑張っています。
がっこうきゅうしょく りかい きょうりょく ねが
学校給食にご理解ご協力を、どうぞよろしくお願いいたします。