令和7年度 小 学 校

4かつきゅうしょくこんだてよていいょう

上 三 川 町 立 学校給食センター

				b h	だてめい) <u>- ()</u> 5	<u>ਲ ਨੂ</u> ਤੱ	61	り。	ょう
一づけ		たまご にゅう アレルギー 代替食提供	「★」の料理には卵アレルギーの代替食の提供があります。			エネルギーたんぱくしつ		かりにを		からだの ちょうしを		エネルギーの もとになる	
			「●」の乳が含まれるデザートには代替食の提供があります。										
ן יו				色付き	の日は残量調査です。	えん	isi hi)	√ ⊘		かえる	1 6CK	- 你の
		Nukk	4657	A	マナーのひ	657	kcal	とりにく	ぎゅうにゅう	にら	もやし	こめ さとう	ごま
8	火		(L)	MILK	さばのみそに	25.2	g	さばのみそに		にんじん		さといも	あぶら
			ごはん		もやしとにらのごまあえ のっぺいじる	21.9 1.9	g g	なまあげ			ねぎ	こんにゃく かたくりこ	
			0.077			645	kcal	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら	たまねぎ		ごまあぶら
9	水				やきそば にくだんごスープ	28.1	g	ミートボール	あおのり	にんじん		ちゅうかめん	
	<i>3</i> ′		こめこパン	MILK		19.8 2.6	g g			こまつな しいたけ	もやし キャベツ	はるさめ	あぶら
			الريمية المراكبة		はるをかんじるきゅうしょく	612	kcal	とうふ	ぎゅうにゅう	なのはな	きぬさや	こめ	
10	木				とりにくのてりやき	26.2	g	みそ	わかめ	にんじん	もやし	さとう	
	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		ごはん	MILK	なのはなのおろしあえ とうふとわかめのみそしる	17.6 2.4	g g	とりにく		だいこん	えのきたけ たまねぎ		
					(+2+ +	651	kcal	はるまき	ぎゅうにゅう	125 125	もやし	こめ	あぶら
111	金				はるまき はるさめサラダ	18.4	g	ハム		チンゲンサイ	はくさい	はるさめ	ごまあぶら
	277		ごはん	MILK	ちゅうかスープ	20.7 2.4	g g			にんじん		さとう	ごま
					おおさかエキスポきゅうしょく	585	kcal	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい	こめ	あぶら
14	月		رترين		たこがたたこやき	21.4	g	とうふ	こんぶ	はだいこん		むぎ	
	73		#n=#="++ #	MILK	おおさかづけ にくすい	16.7 1.8	g g	あぶらあげ かまぼこ			だいこん	たこやき	
			むぎごはん			601	kcal		ぎゅうにゅう	チンゲンサイ	きゅうり	こめ	あぶら
15	AL.		(4,4,5)		あまずにくだんご(2) キムチあえ	22.3	g	にくだんご			キャベツ	フォー	
	火			MILK	フォーのスープ	14.9 2.1	g g			ル ノナハ	ねぎ		
			ごはん			622	kcal	とりにく	ぎゅうにゅう	はくさい パセリ	もやし たまねぎ	パン	あぶら
16	-14				さわらのこうそうやき コールスローサラダ	29.6	g	さわらのこうそうづけ		にんじん	かぶ		ドレッシング
Γ	水			MILK	ミルクスープ	20.7		しろいんげんまめ			キャベツ		
			はちみつパン		めいじみなみしょう	2.0	g	40.40.14		<i>I</i> - / 1» /	きゅうり	- 14	181 - 8.8.
			(57)		リクエストきゅうしょく	736	kcal	わかめ	さゆつにゆつ	にんじん	かんぴょう		ドレッシング
17	木			MILK	ハンバーグ ・ケチャップソース かんぴょうサラダ	23.5 22.4	g	ハンバーグ とりにく		キャベツ	きゅうり たまねぎ	かたくりこ	
			わかめごはん		コーンスープ チョコクレープ	2.6					とうもろこし		
			کردریک		しょくいくのひ	714	kcal		ぎゅうにゅう				あぶら
18	金			MILK	ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ポークカレー	21.8 19.6	g g	ひよこまめ	だっしふんにゅう	にんしん グリンピース		さとう じゃがいも	ドレッシング
			ごはん		にしょくゼリー (いちご・みかん)	1.7	g	あおえんどうまめ			しょうが	ゼリー	
			45557		 たらのチリソース	629	kcal	たら	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが	こめ むぎ	
21	月			MILK	ちゅうかくらげサラダ	26.1 17.5	g g	くらげ とりにく		こまつな きゅうり	もやし キャベツ	さとう かたくりこ	ごまあぶら ドレッシング
			むぎごはん		こめこワンタンのスープ	2.2	g	Cylc (にんにく	ねぎ	こめこワンタン	, , , , , ,
			7		かみかみきゅうしょく	685	kcal	みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり	こめ	あぶら
22	火			MILK	かきあげ てんどんのたれ うめおかかあえ	20.3 22.9	g g	とうふ かつおぶし		キャベツ だいこん	つめ ねさ はくさい	さといもこんにゃく	ごまあぶら
			ごはん		みそけんちん	2.2	g	75 500151 5		ごぼう	かきあげ	C/01C (F \	
			1 12		とりにくのガーリックやき	663	kcal		ぎゅうにゅう				ドレッシング
23	水	•		MILK	シーザーサラダ ミネストローネ	31.5 29.1	g	ベーコン だいず	ヨーグルト	にんじん トマト	たまねき セロリー	マカロニ じゃがいも	
			くろコッペパン		●ヨーグルト	2.3	g	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		にんにく	キャベツ	2 (2/3 (10	
			ترتيت		★あつやきたまご	665	kcal	あつやきたまご	ぎゅうにゅう	にんじん		こめ	ごまあぶら
24	木	*		MILK	ぶたにくのあまみそいため	29.7 20.3	g g	ぶたにく みそ		こまつな		さとう かたくりこ	あぶら
			ごはん		わふうスープ	2.0	g	とりにく		キャベツ ねぎ	しょうが		
			كرديث		こがねかれいフライ(ソースがけ)	643	kcal		ぎゅうにゅう			こめ	あぶら
25	金			MILK	ひろしあえ	26.1 18.4	g g	とうふみそ		ひろしまな	ねぎ なめこ		ごま
			ごはん		なめこじる	2.2	g	<u></u>					
			كرثرث		かみのかわまちのたんじょうび きねんきゅうしょく	708	kcal	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たまねぎ	こめ	あぶら
28					スタミナいため	28.2	g	とりにく			しょうが キャベツ		ドレッシング
	月			MILK	アスパラサラダ トマトスープ	19.2		ベーコン		ブロッコリー	とうもろこし	じゃがいも	
			むぎごはん		おいわいいちごこめこケーキ	2.1 593	g	ナロフラゼスニー	ギャンケット			さとう	エ . かり
			2		セルフサンド(しろみさかなフライ・ボイル	27.5	kcal g	すけそうだらフライ とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	たまねさ キャベツ	パン じゃがいも	あぶら ノンエッグタルタル
30	水	*		MILK	キャベツ・ノンエッグタルタルソース) ★ふわふわたまごのスープ	24.4		たまご		ほうれんそう		パンこ	
			バンズパン			2.5	g						

◎ 小学校中学年一人一回あたりの学校給食摂取基準

エネルギー:650kcal たんぱく質:26.8g 脂質:18.0g 塩分:2.0g

※ 献立は都合により変更になる場合があります。

※ それぞれの料理の使われている材料やアレルゲンについては献立詳細表を参考にしてください。

