

献立表

日	月	火	水	木	金	土
			01	02	03	04
			白ごはん 麻婆豆腐 さつまいもの素揚げ 人参とレーズンの甘煮 ブロッコリーとかまぼこの中華和え 358kcal 蛋白12.40g 脂質8.70g 塩分0.90g	白ごはん 鶏肉の天ぷら ソース 金平ごぼう 大根とグリーンピースの煮物 小松菜の白和え 440kcal 蛋白15.90g 脂質16.00g 塩分1.40g	白ごはん 鯖の塩焼き フライドポテト ちくわと人参の煮物 バターコーン 白菜と塩昆布の和え物 367kcal 蛋白11.80g 脂質12.30g 塩分0.90g	
05	06	07	08	09	10	11
	白ごはん 牛肉のブルコギ風 若竹煮 れんこんの香味天ぷら みたらしまカロニ 388kcal 蛋白12.70g 脂質8.90g 塩分1.20g	白ごはん 高槻うどん餃子 ブロッコリー天 さつまいものレモン煮 キャベツとかにかまのスープ煮 いんげんの胡麻和え 392kcal 蛋白11.60g 脂質11.60g 塩分1.30g	白ごはん 唐揚げ かぼちゃの甘煮 ピーフンのカレー風味 菜の花とコーンの和え物 429kcal 蛋白15.80g 脂質15.30g 塩分0.90g	白ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 揚げ空豆 さつまいもの胡麻煮 ピーマンとベーコンのマヨドレ和え 401kcal 蛋白16.50g 脂質11.90g 塩分1.40g	白ごはん イカの天ぷら マヨドレソース 手作り鶏団子 切干大根の甘辛煮 ほうれん草と人参の中華サラダ 421kcal 蛋白14.70g 脂質15.10g 塩分1.10g	
12	13	14	15	16	17	18
	白ごはん 中華風鶏しゃぶ 大学芋 がんもといんげんの含め煮 水菜とかにかまのお浸し 389kcal 蛋白15.80g 脂質9.00g 塩分1.70g	白ごはん 白身魚カレー風味フライ 筑前煮 わかめとえのきの生姜煮 かぼちゃと小豆のマヨドレサラダ 376kcal 蛋白13.30g 脂質10.30g 塩分1.00g	白ごはん ポークソテー ちくわの天ぷら チンゲン菜と油揚げの煮浸し 春雨と椎茸の酢の物 390kcal 蛋白14.50g 脂質10.20g 塩分1.80g	白ごはん 和風おろし大豆ミートハンバーグ ブロッコリーの塩ゆで 高野豆腐の煮物 ごぼうとじゃこの甘辛炒め 揚げ里芋のマヨドレ和え 391kcal 蛋白12.70g 脂質10.80g 塩分1.10g	白ごはん ガーリックチキン れんこんのカレー風味 さつまいものサラダ 白菜とハムの糸昆布和え 429kcal 蛋白18.20g 脂質12.90g 塩分1.50g	
19	20	21	22	23	24	25
	白ごはん 鯖の照り焼き 揚げ空豆 糸こんとしめじの金平 がんもの煮物 小松菜とチーズのマヨドレ和え 413kcal 蛋白16.30g 脂質13.90g 塩分1.70g	白ごはん 唐揚げ 昆布豆 切干大根の煮物 花野菜とツナのサラダ 464kcal 蛋白18.90g 脂質17.80g 塩分1.80g	白ごはん 肉団子のデミソース煮込み ピーマンとじゃこの炒め物 いんげんの煮浸し 揚げ里芋の味噌和え 414kcal 蛋白11.70g 脂質11.50g 塩分1.70g	白ごはん 豚肉の塩レモン風味 かぼちゃと人参の煮物 ウインナーソテー 春雨とわかめの中華和え 340kcal 蛋白13.40g 脂質7.60g 塩分1.60g	カレーライス りんごジュース 518kcal 蛋白11.70g 脂質7.10g 塩分1.30g	
26	27	28	29	30		
	白ごはん 大豆ミートひじきハンバーグ ケチャップ フライドポテト ブロッコリーの塩ゆで ごぼうとツナの中華炒め コーンのマヨドレ和え 364kcal 蛋白10.90g 脂質10.70g 塩分0.60g	白ごはん イカの天ぷら ソース ピーマンとハムの炒め物 厚揚げの含め煮 揚げなすとえのきのポン酢和え 364kcal 蛋白11.80g 脂質11.70g 塩分1.30g	昭和の日	白ごはん 鶏肉のトマト煮 エリンギのガーリックバター さつまいもきな粉 ほうれん草とツナの和え物 374kcal 蛋白14.00g 脂質8.90g 塩分1.50g		

※仕入れの都合によりメニューに変更が生じる場合があります。

※魚料理は骨なしのものを使用していますが、骨が入っている場合があります。

どうぞご了承くださいませ。

株式会社 富喜屋

※給食費の請求は、翌月初めに徴収袋をお子様にお持ち帰りいただきます。

※給食の当日キャンセルは出来ませんので、欠席等のご連絡は前日(月曜のキャンセルは金曜)の16時までをお願いします。