

日・曜	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)
献立名	ごはん すきやきふうに ナムル わかめのつくだに ぎゅうにゅう	コッペパン やさしいスープ バーベキューソーテ のむヨーグルト(コアコア)	みそしる トリニータどん ぎゅうにゅう	こがたパン ちゃんぽん ポークしょうが ぎゅうにゅう	ちゅうかふうたきこみごはん とうふいりちゅうかスープ にくまん ぎゅうにゅう	めあいでデー コッペパン マカロニスープ ポテトソーテ のむヨーグルト(アソドミルク) ブルーベリージャム	さけなめし ごもくうどん ぶたにくとこんにやくのみそいため ぎゅうにゅう	こがたパン はくさいととりだんこのスープ だいがくいも ぎゅうにゅう	ごはん きのこのみそしる さばのしょうがに ぎゅうにゅう	ごはん みそちゅうかスープ ぶたにくのかくに ぎゅうにゅう	こがたパン やきスバ フランクフルト ぎゅうにゅう
材料名および三食栄養	せいはいくまい ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん やきどうふ いとこんにやく ふ さとう こいくちしょうゆ さけ けずりぶし みず りょくどうもやし にんじん やきぶた ニラ ごまあぶら こいくちしょうゆ さとう いりごま サラダあぶら とうばんじやん わかめのつくだに ぎゅうにゅう	コッペパン ベーコン じゃがいも にんじん ホールコーン キャベツ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン いりごま サラダあぶら トマトピューレ ケチャップ ウスターソース しお こしょう のむヨーグルト(コアコア)	せいはいくまい とうふ わかめ ふ だいこん にんじん あおねぎ あかみそ しるみそ けずりぶし だしじる とりにく つちしょうが にんにく さけ こむぎ かたくりこ あげあぶら ニラ こいくちしょうゆ さとう みりん ごまあぶら コチュジャン かたくりこ みず ぎゅうにゅう	こがたパン ちゅうかめん とりにく イカ キャベツ もやし にんじん あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ ぶたにく たまねぎ ピーマン つちしょうが サラダあぶら さとう こいくちしょうゆ さけ みりん ぎゅうにゅう	せいはいくまい ちゅうかふうたきこみのもと ぶたにく とうふ はくさい にんじん ニラ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ にくまん ぎゅうにゅう	コッペパン とりにく シエルマカロニ にんじん たまねぎ キャベツ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら スープ ベーコン じゃがいも パセリ サラダあぶら しお こしょう のむヨーグルト(アソドミルク) ブルーベリージャム	せいはいくまい さけなめしのもと うどん とりにく あぶらあげ たまねぎ かまぼこ にんじん あおねぎ うすくちしょうゆ しお けずりぶし だしこんぶ だしじる ぶたにく こんにやく にんじん たけのこ さやいんげん サラダあぶら あかみそ さとう こいくちしょうゆ みりん ぎゅうにゅう	コッペパン とりだんこ はくさい にんじん ほしいたけ りょくどうはるさめ あおねぎ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがら とんこつ スープ さつまいも あげあぶら さとう こいくちしょうゆ みりん す みず ぎゅうにゅう	せいはいくまい とうふ あぶらあげ たまねぎ にんじん えのきたけ しめじ あおねぎ あかみそ しるみそ けずりぶし だしじる さば つちしょうが さとう こいくちしょうゆ みりん さけ みず ぎゅうにゅう	せいはいくまい とりにく とうふ りょくどうはるさめ たまねぎ にんじん あおねぎ しお こしょう うすくちしょうゆ とうばんじやん あかみそ とりがら とんこつ スープ ぶたにくかくぎり うずらたまご つちしょうが にんにく さとう こいくちしょうゆ さけ す みず ぎゅうにゅう	こがたパン ハーフスパゲティ ぶたにく キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ウスターソース とんかつソース サラダあぶら しお こしょう フランクフルト ケチャップ ぎゅうにゅう
エネルギー/たんぱく質/脂質	541kcal 22.6g 14.7g	583kcal 23.9g 16.7g	551kcal 30.3g 12.7g	528kcal 28.1g 19.8g	548kcal 20.1g 15.1g	549kcal 19.7g 12.1g	517kcal 24.7g 15.4g	550kcal 18.4g 20.1g	564kcal 26.8g 19.2g	610kcal 31.1g 21.8g	623kcal 25.7g 27.2g
中学年											

赤:あかいろの食品...体をくもとのなるもの  
黄:きいろの食品...体をくもとのなるもの  
緑:あざいろの食品...体のくもとのなるもの

こんげつ こんだて 今月の図書給食

10月26日(木) 熊取カレーコロッケバーガー 「パン どうぞ」

彦坂有紀 もりといずみ 講談社




この絵本は木版画で描かれた絵を使っています。木版画とは、木の板に描いた絵柄を掘り残し、インクをつけ写し取る方法で作られた絵のことです。

木版画特有のムラをおさえて摺ると、しっとりしたバターロールが現れ、木目を強調して摺ると、かりかりのフランスパンができていきます。

ほんものいじょう  
本物以上にパンらしく、美味しそうなパンのオンパレードです。

今月の献立にてでくるハンバーガーは熊取コロッケをはさんだコロッケバーガーです。カレー味の熊取コロッケで、給食では初登場になります。

パンとキャベツにカレー味の熊取コロッケがよく合ったハンバーガーになっています。楽しみにしていてくださいね！

カレーあじのくまコロを  
使用しているよ!!

くまとりちようさんの  
さといもだよ

日・曜	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	31日(火)
献立名	ごはん さつまじる さんまのかばやきふう あじつけのり ぎゅうにゆう	コッペパン ポトフ にこみハンバーグ のむヨーグルト(コアコア)	カレーライス ひじきのサラダ ぎゅうにゆう	しんメニュー パインパン ミネストローネ フランクフルトのソー ぎゅうにゆう	ごはん ワンタンスープ マーボーはるさめ りんごゼリー のむヨーグルト(コアコア)	としよきゅうしよく コーンスープ くまとりカレーコロケバーガー ぎゅうにゆう	ごはん おでん キムチいため ぎゅうにゆう	しんメニュー ごはん たまねぎのみそしる ぎゅうにくとさといものだんごに ふりかけ(あじかつお) ぎゅうにゆう	コッペパン パンブキンカレースープ キャベツのサラダ ぎゅうにゆう
材料名および 三食栄養	せいはいくまい	コッペパン	せいはいくまい	パインパン	せいはいくまい	うずまきカットパン	せいはいくまい	せいはいくまい	コッペパン
	とりにく	ミニウインナー	ぶたにく	ベーコン	とりにく	とりにく	うずらたまご	あつあげ	ぶたにく
	とうふ	にんじん	じゃがいも	じゃがいも	はくさい	じゃがいも	ミニがんも	たまねぎ	にんじん
	さといも	たまねぎ	たまねぎ	カットスパゲティ	にんじん	たまねぎ	ぼうてん	わかめ	たまねぎ
	だいこん	じゃがいも	にんじん	たまねぎ	ニラ	ホールコーン	じゃがいも	にんじん	かぼちゃ
	にんじん	キャベツ	サラダあぶら	にんじん	ワンタンのかわ	にんじん	こんにやく	あおねぎ	えだまめむきみ
	あおねぎ	うすくちしょうゆ	とうにゆう	セロリ	うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	だいこん	あかみそ	トマトピューレ
	あかみそ	しお	カレールー	にんにく	しお	しお	にんじん	しろみそ	とうにゆう
	しろみそ	こしょう	ウスターソース	サラダあぶら	こしょう	こしょう	さとう	けずりぶし	カレールー
	けずりぶし	ローレル	しお	トマトピューレ	とりがら	とりがら	こいくちしょうゆ	だしじる	ウスターソース
だしじる	とりがら	こしょう	ケチャップ	とんこつ	スープ	すー	ぎゅうにく	サラダあぶら	
さんまのひらき	スープ	みず	さとう	スープ	くまとりカレーコロケ	だしじる	さといも	しお	
こむぎこ	ハンバーグ	だいず	うすくちしょうゆ	ぶたミンチ	あげあぶら	とりにく	しらたまだんご	こしょう	
かたくりこ	さとう	チキンフレーク	しお	りよくとうはるさめ	しお	たまねぎ	こいくちしょうゆ	みず	
あげあぶら	ケチャップ	ひじき	こしょう	にんじん	キャベツ	キムチ	さとう	ボンレスハム	
さとう	ウスターソース	にんじん	とりがら	あおねぎ	しお	にんじん	みりん	キャベツ	
こいくちしょうゆ	みず	キャベツ	スープ	つちしょうが	こしょう	ニラ	けずりぶし	ホールコーン	
みりん	のむヨーグルト(コアコア)	ごまドレッシング	フランクフルト	にんにく	ぎゅうにゆう	にんにく	だしじる	にんじん	
みず		ぎゅうにゆう	ホールコーン	あかみそ		サラダあぶら	あじかつおふりかけ	ノンエッグマヨネーズ	
あじつけのり			グリーンピース	サラダあぶら		こいくちしょうゆ	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう	
ぎゅうにゆう			サラダあぶら	ごまあぶら		しお			
			しお	さとう		こしょう			
			こしょう	こいくちしょうゆ		ぎゅうにゆう			
			みりん	とうぼんじゃん					
			とりがら	とりがら					
			とんこつ	とんこつ					
			スープ	スープ					
			りんごゼリー	りんごゼリー					
			のむヨーグルト(コアコア)	のむヨーグルト(コアコア)					
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
中学年	679kcal 25.4g 29.7g	629kcal 24.6g 17.7g	675kcal 20.8g 24.4g	537kcal 20.1g 19.9g	559kcal 19.6g 9.6g	568kcal 19.8g 23.3g	536kcal 23.5g 15.1g	550kcal 20.1g 13.1g	624kcal 23.7g 24.1g

あか あかいろ しょうひん からだ  
赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの

きいろ きいろ しょうひん ねつ ちから  
黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの

みどりみどりいろ しょうひん からだ ちよう  
緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

◇都合により、献立が一部変更になる場合があります。

◇(は)マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。

◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	しよ 脂肪(g)
きじゆんえいようりよう 基準栄養量	650	21~33	14~22
こんげつへいきんえいようりよう 今月平均栄養量	576	23.5	18.6