

school Lunch News

Three Weeks Menu

June.6

メニューに表示している下記の食材について当社の入手し得る範囲で公開します。
 献立表の右側に表示する原材料が含まれています。
 かに・そば・じゃがいも・魚
 (さば・あじ・にしん・さんま・たちうお・とびうお・さより・いわし)

		15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)	
朝	☀	米飯 みそ汁 豆腐チャンプルー エビシューマイ ふりかけ 牛乳		米飯 みそ汁 鶏肉の塩こうじ焼き 付)塩昆布和え ツナじゃが ふりかけ じゃがいも ジョア		米飯 みそ汁 コーンスープ オムレツ&ウインナー フレンチサラダ 牛乳		パン&ジャム&チーズ コーンスープ オムレツ&ウインナー フレンチサラダ 牛乳		米飯 みそ汁 ブリの照り焼き 付)さざなみ昆布和え マカロニサラダ ふりかけ ジョア	
		エネルギー	0	エネルギー	749	エネルギー	713	エネルギー	737	エネルギー	805
		タンパク質	0	タンパク質	32.4	タンパク質	29.6	タンパク質	28.9	タンパク質	32.9
		脂質	0	脂質	22.6	脂質	14.8	脂質	29.4	脂質	24.9
昼	☀	米飯 みそ汁 ミックスフライ 付)花野菜・オレンジ 海藻サラダ		米飯 みそ汁 チーズインハンバーグ 付)ポテト・ブロッコリー フレンチサラダ		米飯 みそ汁 チキンカツ 付)キャベツ・トマト 明太子スパゲティサラダ		おにぎり 肉うどん ちくわ磯部あげ 付)キャベツ		ゴーゴーカレー【チキンカツカレー】 わかめスープ 盛り合わせサラダ ヨーグルト寒天	
		エネルギー	844	エネルギー	770	エネルギー	769	エネルギー	785	エネルギー	980
		タンパク質	27.2	タンパク質	33.4	タンパク質	36.1	タンパク質	26	タンパク質	31.9
		脂質	26.1	脂質	22.6	脂質	22.7	脂質	24.4	脂質	34.5
夕	🌙	米飯 ワンタンスープ 青椒肉絲(チンジャオロースー) ナムル		米飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ がんもの煮物		米飯 みそ汁 焼き肉 里芋と厚揚げの含め煮		米飯 みそ汁 鮭のバター焼き そばろあんかけ			
		エネルギー	692	エネルギー	677	エネルギー	747	エネルギー	755	エネルギー	
		タンパク質	31.0	タンパク質	29.0	タンパク質	30.6	タンパク質	38.4	タンパク質	
		脂質	17.3	脂質	20.4	脂質	23.2	脂質	21.5	脂質	
		22日(月)		23日(火)		24日(水)		25日(木)		26日(金)	
朝	☀	米飯 みそ汁 ほうれん草の卵炒め 紅あずまサラダ ふりかけ 牛乳		米飯 みそ汁 ほうれん草の卵炒め 紅あずまサラダ ふりかけ 牛乳		米飯 みそ汁 豆腐カラフルシューマイ キャベツとツナのソテー ふりかけ ジョア		パン(チョコ・バター・黒糖) オニオンコンソメスープ オムレツ&ウインナー ごぼうサラダ 牛乳		米飯 みそ汁 牛肉ごぼう スクランブルエッグ&ブロッコリー 味付けのり ジョア	
		エネルギー	0	エネルギー	793	エネルギー	671	エネルギー	766	エネルギー	760
		タンパク質	0	タンパク質	22.1	タンパク質	24.6	タンパク質	20.9	タンパク質	26.7
		脂質	0	脂質	26.5	脂質	14.9	脂質	45.7	脂質	17.6
昼	☀	米飯 みそ汁 ミックスグリル 付)ポテトコーン チョコレートサラダ		パン&ジャム 中華玉子スープ 焼きそば みかん入り牛乳寒天		米飯 みそ汁 かしわ天 付)キャベツ・トマト ブロッコリーサラダ		米飯 みそ汁 鮭の野菜焼き さつまいもカレーソテー			
		エネルギー	824	エネルギー	818	エネルギー	756	エネルギー	657	エネルギー	
		タンパク質	30.0	タンパク質	31.6	タンパク質	39.9	タンパク質	27.3	タンパク質	
		脂質	30.1	脂質	21.3	脂質	23.1	脂質	15.3	脂質	
夕	🌙	米飯 コンソメスープ ホキのポテトチーズ焼き 付)温野菜 あさりの和風スパゲティ		米飯 みそ汁 おろしハンバーグ 付)チンゲン菜の和え物 ナポリタン		米飯 肉じゃが さばのみそ焼き ほうれん草お浸し さば		米飯 みそ汁 タンドリーチキン 付)サラダ・オレンジ ポパイサラダ			
		エネルギー	677	エネルギー	764	エネルギー	828	エネルギー	653	エネルギー	
		タンパク質	33.8	タンパク質	25.9	タンパク質	31.2	タンパク質	36.8	タンパク質	0
		脂質	13.0	脂質	23.7	脂質	28.0	脂質	17.0	脂質	0
		29日(月)		30日(火)							
朝	☀	米飯 みそ汁 厚焼き玉子 付)ブロッコリー れんこん金平 ふりかけ 牛乳		米飯 みそ汁 厚焼き玉子 付)ブロッコリー れんこん金平 ふりかけ 牛乳							
		エネルギー		エネルギー	833	エネルギー		エネルギー		エネルギー	
		タンパク質		タンパク質	24.2	タンパク質		タンパク質		タンパク質	
		脂質		脂質	32.3	脂質		脂質		脂質	
昼	☀	米飯 みそ汁 サーモンフライ 付)キャベツ・トマト 豚バラ大根		揚げパン つくねと春雨のスープ カップエッグ 付)花野菜・トマト フルーツポンチ							
		エネルギー	840	エネルギー	691	エネルギー		エネルギー		エネルギー	
		タンパク質	31.8	タンパク質	25.2	タンパク質		タンパク質		タンパク質	
		脂質	29.8	脂質	29.0	脂質		脂質		脂質	
夕	🌙	米飯 みそ汁 プルコギ炒め かにシューマイ 付)ポン酢和え		米飯 みそ汁 チキンチャップ 付)サラダ・オレンジ ポパイサラダ							
		エネルギー	779	エネルギー	822	エネルギー		エネルギー		エネルギー	
		タンパク質	29.5	タンパク質	36.4	タンパク質		タンパク質		タンパク質	
		脂質	28.7	脂質	32.4	脂質		脂質		脂質	

・献立、食材は仕入れの都合などにより変更させていただく場合があります。
 ・最新の情報は提供カウンターに掲示している献立表をご確認ください。
 ・喫食の際は、表示している原材料をご確認のうえ、喫食者及び保護者でご判断ください。