

11がつよていこんだてひょう(こども園)

令和6年

東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)

日	よう び	こんだてめい			おもなざいりょうとはたらき						えいようか			
		しゅしよく	牛 乳	お か ず	にく さかな たまご まめ だいずせいひん	にゅう にゅうせいひん かいそう こざかな	りよくおうしよく やさい	そのほかのやさい くだもの きのこ	こめ パン めん さとう いもるい	ゆし しゅじつ	エネルギー (kcal)	たんぱくしつ (g)	えんぶん (g)	
1	金	バターロール	○	プレーンオムレツ クラムチャウダー さつまいものサラダ りんご 250こ のかわ をむきま す	たまご ツナ あさり ベーコン	ぎゅうにゅう	かぶのは にんじん こまつな	かぶ たまねぎ マッシュルーム	パン さつまいも	ホワイトルウ ドレッシング あぶら	451	21.7	2.2	
5	火	ごはん	○	スコッチエッグ チキンカレー 飯綱町(いづなまち)のりんご	たまご とり	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが りんご	こめ じゃがいも	カレールウ あぶら	637	24.5	1.9	
6	水	ごはん	○	かいせんふうしゅうまい(2こ) ぶたにくのチンジャオロース はるさめスープ アーモンドいりこざかな	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ こざかな	にんじん ピーマン	たけのこ ながねぎ たまねぎ もやし にんにく	こめ さとう はるさめ	あぶら ごまあぶら アーモンド	639	28.9	2.5	
7	木	ごはん (のりたまふりかけ)	○	あじのあげに ピーナツあえ さつまじる みかんクレープ	あじ みそ とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	キャベツ ごぼう だいこん	こめ クレープ こんにやく さつまいも	あぶら ピーナツ	589	22.8	1.6	
8	金	きなこあげパン	○	ウインナーたまごまき かいそうサラダ コーンポタージュ	きなこ ウインナー たまご	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ コーン きゅうり	パン さとう	あぶら ドレッシング	638	23.3	2.8	
11	月	ごはん	○	いりたまご やさしいりぶたそぼろ なめこじる こめこガトーショコラ	ぶたにく みそ あぶらあげ とうふ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	ながねぎ なめこ	こめ さとう ガトーショコラ		583	23.8	1.7	
12	火	ごはん	○	さばのてりやき キャベツのピリからみそいため すましじる	さば ぶたにく みそ なたと	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ピーマン	キャベツ にんにく ながねぎ	こめ こんにやく さとう	あぶら	584	26.1	1.8	
13	水	ごはん	○	ぎょうざ(2こ) マーボーとうふ ゆでやさい(あおじそドレッシング)	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たけのこ キャベツ ながねぎ もやし しょうが にんにく	こめ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング	573	23.3	2.2	
14	木	給 食 中 止 日												
15	金	さつまいもパン	○	ケチャップにくだんご(2こ) ほうれんそうとコーンのソテー カレーポタージュ	にくだんご とり ウインナー	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん パセリ	コーン たまねぎ	パン さつまいも マカロニ	あぶら	586	24.8	2.7	
18	月	ごはん	○	ショーロンポー(2こ) ちゅうかどんのぐ フルーツいりあんにんどうふ	ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう あんにんどうふ	にんじん	キャベツ しょうが もやし たけのこ パイン もも	こめ こむぎこ	あぶら ごまあぶら	632	22.4	1.9	
19	火	ごはん	○	えびカツ(ソース) あつあげのそぼろあんかけ かきたまじる	えび たまご ぶたにく とり あつあげ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん	ながねぎ しいたけ	こめ さとう	あぶら	548	25.5	2.0	
20	水	ごはん	○	ヤンニョムチキン(2こ) ナムル ワンタンスープ	とり なたと	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	しょうが もやし ながねぎ キャベツ	こめ さとう こむぎこ	あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング	658	24.7	2.6	
21	木	ごはん (たらこふりかけ)	○	ハンバーグわふうおろしソース いそのかおりあえ とんじる	とり ぶたにく かつおぶし とうふ みそ	ぎゅうにゅう のり	ほうれんそう にんじん	だいこん ごぼう キャベツ ながねぎ	こめ さとう じゃがいも こんにやく		568	26.3	2.4	
22	金	しよくパン (パテチョコ)	○	ほうれんそうグラタン スパゲッティナポリタン しおこうじのスープ ヨーグルト	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう ヨーグルト	ほうれんそう にんじん ピーマン	マッシュルーム たまねぎ キャベツ コーン	パン チョコ スパゲッティ	あぶら	491	21.7	1.8	
25	月	ごはん	○	あつきたまご(2こ) ハヤシライス グリーンサラダ(わふうごまドレッシング)	たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ マッシュルーム りんご きゅうり にんにく	こめ	ハヤシルウ バター ドレッシング	640	24.1	2.4	
26	火	ごはん 東庄町養老院者協議会様より いただいたぶたにくです	○	ポークチャップ ツナサラダ ひとくちぎゅうにゅうプリン かとりめぐみまんてんじる	ぶたにく ツナ とり とうふ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうプリン	にんじん かぶのは	にんにく キャベツ きゅうり もやし マッシュルーム かぶ	こめ さとう さつまいも	あぶら ドレッシング	656	28.3	2.3	
27	水	ごはん	○	チキンナゲット(2こ) ポークカレー ヨーグルトあえ	とり ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	たまねぎ パイン りんご にんにく しょうが もも	こめ じゃがいも	カレールウ あぶら	634	22.7	2.0	
28	木	ごはん	○	さけのしおやき ごまあえ しらたまじる やきプリンタルト	さけ とり あぶらあげ なたと	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ほうれんそう	キャベツ ながねぎ	こめ タルト もち	ごまあぶら	646	25.4	1.9	
29	金	まるパン	○	ハムカツ(ソース) こんにやくサラダ(イタリアンドレッシング) コーンシチュー	ハム とり ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ コーン きゅうり たまねぎ	パン こんにやく じゃがいも	あぶら ドレッシング シチュールウ	556	21.6	2.8	
※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。											今月の平均値	594	24.3	2.1
※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。											基準値	500	20.6	1.5