



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

♪ご入学・ご進級おめでとございます♪

ときどき・わくわくする新しい学年・新しいお友達との1年間の学校生活が始まりました。調理業務委託は引き続き、株式会社レクトンです。栄養士1名・調理員8名で協力し「安心・安全でおいしい給食」を心を込めて作ってまいりますので、本年度もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。どんな食材が使われているか、どんな料理が出るのか、楽しみながら確認してください。裏面に給食だよりも記載しております。連絡等もありますのでご確認お願ひ致します。

1年生は、16日(木)17日(金)が牛乳のみ、20日(月)が牛乳とパンのみ提供します。21日(火)から他学年と同じように完全給食となります。



表示の説明		エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちょうしをととのえる	おもにねつやちからのもとになる

<p>13 ちくわのいそべあげ</p> <p>はるのちらしずし すまじる</p> <p>539kcal 21.9g</p>	<p>14 しんじゃがとふきのもの</p> <p>はるのふりかけ むぎごはん わかたけじる</p> <p>572kcal 27.2g</p>	<p>15 あげぎょうざ</p> <p>ちゅうかめん たんめんのしる</p> <p>666kcal 26.0g</p>	<p>16 さかなのさいきょうやき はるのきんぴら</p> <p>むぎごはん はくさいのみそしる</p> <p>553kcal 26.9g</p>	<p>17 はるやさいのこうみだれサラダ</p> <p>ツナトースト ポークビーンズ</p> <p>562kcal 25.6g</p>
<p>19 しんわんどおけいこんだて</p> <p>ぎゅうにゅう えび たまご あぶらあげ のり ちくわ どうふ</p> <p>かんぴょう ほししいだけ にんじん ねぎ さやえんどう ほうれんそう えのきだけ</p> <p>こめ ごま さとう あぶら かたくりこ さんおんどう はくりきこ</p> <p>575kcal 31.0g</p>	<p>20 かつおのたつたあげ</p> <p>たけのごはん どうふのみそしる</p> <p>575kcal 31.0g</p>	<p>21 いちわんせいきゅうしょくかいし</p> <p>ぎゅうにゅう ぶたにく</p> <p>たまねぎ にんにく キャベツ しょうが とうもろこし</p> <p>こめ あぶら おおむぎ じゃがいも はくりきこ ごまあぶら</p> <p>616kcal 23.9g</p>	<p>22 マリネサラダ</p> <p>やきとりどん どうみょうのみそしる</p> <p>586kcal 27.1g</p>	<p>23 キャベツのおかかあえ</p> <p>えだまめいりひじき ごはん にくじゃが</p> <p>560kcal 24.3g</p>
<p>24 まーぼー豆腐</p> <p>ごはん ちゅうかふう コーンスープ</p> <p>543kcal 22.5g</p>	<p>25 スタミナづけ</p> <p>むぎごはん にくどうふ</p> <p>600kcal 26.0g</p>	<p>26 きよみオレンジ</p> <p>スパゲティ ミートビーンズ やさいスープ</p> <p>547kcal 25.9g</p>	<p>27 しょうわ ひ</p> <p>しょうわ ひ</p> <p>昭和の日</p>	<p>28 ナタデココいりぶどうゼリー</p> <p>ハッシュドポーク グリーンサラダ</p> <p>617kcal 21.9g</p>
<p>ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ</p> <p>たまねぎ こまつな キャベツ にんにく</p> <p>ねぎ かぶ</p> <p>こめ やきいん おおむぎ つきこんにやく さんおんどう さとう あぶら ごまあぶら</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ベーコン</p> <p>たまねぎ セロリ キャベツ こまつな きよみ</p> <p>しょうが にんじん</p> <p>スパゲティ オリーブオイル あぶら</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく かんてん</p> <p>たまねぎ ぶなしめじ トマトかん きゅうり キャベツ ぶどうジュース</p> <p>こめ おおむぎ あぶら さとう はくりきこ さんおんどう ナタデココ</p>		

おいしく減塩!

プロジェクト

志木市で行っている「おいしく減塩! 減らソルトプロジェクト」のロゴマークです。減塩献立の日にマークをつけています。