

月		火		水		木		金			
								1			
こんげつせいさんしや 今月の生産者さん みやもとだいにんあお 宮本さん…白菜・大根・青ねぎ・にんじん こやなぎきんとき 小柳さん…金時にんじん せきもとせいはくまい 関本さん…精白米 ※食材に「にんじん」とある日は、西洋にんמושしくは金時にんじんを使用します。 ※献立および献立表について※ 都合により、献立もしくは食材を変更する場合があります。変更した場合は学校へ連絡いたします。給食では毎日、牛乳がつきます。また、メニューに応じて箸もしくはスプーンがつきます。				ふゆけんこうまも 冬の健康を守ろう! ビタミンACED				★コッパパン637/863 ●ふゆやさいシチュー 豚もも・赤身(大型)35大根20 じゃがいも20☆ポタージュの素8.5 たまねぎ30☆牛乳(普通牛乳)40 にんじん10☆脱脂粉乳(国産)1.5 はくさい15☆コンソメ(顆粒)0.5 はくさい10しょう(黒)0.02 ●こまつなサラダ コーン・冷凍5☆しょうゆ(こいくち)1 こまつな(冷凍)25酢・米酢0.4 ツナ(油漬ルー)5砂糖・上白糖0.5 レモン(果汁)15☆ごま油0.15 ごま(いりごま)0.5 ★ミルメーク(ココア)1ぽん ミルメークは牛乳に入れてストローで混ぜて飲んでね。			
4		5		6(ビタミンD強化献立)		7		8			
●ごはん639/741		●ごはん603/822		●ごはん618/749		●むぎごはん656/853		★コッパパン669/852			
●あつあげのちゅうかに		●とりにくのレモンソース		●さけのマヨネーズやき		●ぎゅうどん		★ピカタ1こ			
★厚揚げ20しょうが0.3 豚ひき肉15砂糖・上白糖0.7 たまねぎ50☆しょうゆ(こいくち)1.8 しいたけ(干、乾)0.5オイスターソース1.5 にんじん10☆中華だしの素1.3 テンゲンサイ30☆ごま油0.5 ねぎ(白)5かたくり粉0.8		●カラフルサラダ		●だいこんのピリからあえ		●はくさいのこんぶあえ		●はくさいのクリームに			
●パンサンスウ		●ちゅうかスープ		●とんじろ		●(小学校)みかん1こ		●(中学校)りんご1ふくろ			
●ちゅうかスープ		●ちゅうかスープ		●とんじろ		●(小学校)みかん1こ		●(中学校)りんご1ふくろ			
★ぎょうざ		★ぎょうざ		★かみかみくろめ		★かみかみくろめ		★かみかみくろめ			
●ごはん635/838		●ごはん650/851		●ごはん615/779		●ごはん616/730		★きりめいりコッパパン719/935			
●ちくぜんに		★メンチカツ		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●ホットドッグ			
●ちくぜんに		●ちくぜんに		●ちゃんぽん		●さばのてりやき		●			