

こんげつ せいさんしゃ
今月の生産者さん

やぶした
薮下さん…たまねぎ

きたもと
北本さん…たまねぎ

献立表の数値・数量は原則小学校中学年1人当たりの値です。
低学年…約10%減 高学年…約10%増
中学生…約30%増 になります。

半手工 約50万個 になります。

※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付きます。



★★★★★こどもロコモ対策として、月に数回ビタミンD強化献立を取り入れています。カルシウムだけでなく、ビタミンDも意識して摂取し、強い骨作りを心がけましょう。★★★★★

本町の学校給食では、かつらぎ町の農家さんが作ってくれた玄米を「金芽米加工」して使用しています。また、パンを月2回提供し、金芽米米粉を使用したパンを提供いたします。

●ごはん

587/795

●とりにくのうめやき

鶏もも(若鶏)

にんにく

梅肉

☆濃口醤油

60

0.3

2

1.2

みりん(本みりん)

いりごま

上白糖

0.8

0.3

1

●あぶらあげのごますえ

☆小松菜(冷)

☆さきみあげ

切干大根

コーン・冷凍

30

5

0.5

5

いりごま

上白糖

☆濃口醤油

米酢

1

1

●ぐだくさんみそしる

☆あさり(水煮)

☆じゃがいも

たまねぎ

突きこんにやく(生いも)

ごぼうさがき(冷)

5

25

15

5

10

人参

えのき(ほくし・カット)

青ねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

5

5

5

6.7

10

●ごはん

644/825

●すぶた

豚もも(大型)赤身

☆濃口醤油

しいたけ(干・乾)

人参

たまねぎ

ピーマン

たけのこ(水煮缶詰)

生姜

50

1.3

1.5

15

70

15

15

0.3

上白糖

☆濃口醤油

☆中華だし(顆粒)

純米酒

トマトケチャップ

かたくり粉

米ぬか油(菜野食品)

2.5

1.3

1.2

1.5

1.6

1

0.4

●さんしよくナムル

ブロッコリー(冷)

☆ごま油

☆濃口醤油

上白糖

5

25

5

1.2

いりごま

☆ごま油

☆濃口醤油

上白糖

0.5

0.3

1.8

☆スティックだいごいり 小:3本 中:40g

●ごはん

634/816

●さばのおろしやき

大西洋さば

☆濃口醤油

生薑

2.5

1.3

1.2

●こんにやくサラダ

突きこんにやく(生いも)

☆小松菜(冷)

切干大根

10

25

0.5

レモン(果汁)

いりごま

上白糖

☆濃口醤油

0.5

1

1

5

●とんじり

豚もも(大型)赤身

☆さきみあげ

さつまいも(冷凍)

えのき(ほくし・カット)

人参

15

5

20

10

10

☆ごぼうさがき(冷)

☆たまねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

米ぬか油(菜野食品)

10

1.8

6.7

2.4

0.4

●ごはん

585/774

●はっぽうさい

豚もも(大型)赤身

たまねぎ

人参

☆ずら郎(水煮)

たけのこ(水煮缶詰)

しいたけ(干・乾)

27

36

13

12

5

1.2

生薑

☆淡口醤油

☆中華だし(顆粒)

キャベツ

かたくり粉

上白糖

米ぬか油(菜野食品)

0.2

1.08

1.8

1.4

0.4

0.4

●きゅうりのピリからあえ

きゅうり

☆かつわかめ

☆濃口醤油

35

0.3

1.8

☆ごま油

味噌唐辛子

1.5

0.9

0.02

●みそポテト

☆じゃがいも(冷凍)

かたくり粉

☆濃口醤油

45

1.5

4.2

☆みそ(米)淡色辛みそ

上白糖

☆濃口醤油

1.8

2.25

0.4

☆のりつくだに 1ふくろ

●ごはん

632/830

●みそラーメン

☆中華麺

キャベツ

コーン・冷凍

人参

鶏挽肉

たまねぎ

人参

生薑

30

30

5

20

50

50

10

0.2

にんにく

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆みそ(米)赤色辛みそ

☆中華だし(顆粒)

純米酒

☆トウモロコシ

米ぬか油(菜野食品)

0.2

2.6

2.2

1.8

1.2

0.05

0.5

●カラフルサラダ

人参

☆小松菜(冷)

コーン・冷凍

☆ん(ローズ)

10

20

5

5

レモン(果汁)

上白糖

☆濃口醤油

米ぬか油(菜野食品)

0.5

1.2

1.6

0.4

☆れいとうりんご 1ふくろ

●ごはん

585/768

●そばろに

鶏挽肉

☆大豆(挽き割り)

たまねぎ

じゃがいも

☆コンソメ(顆粒)

☆枝豆(冷凍)

☆枝豆(生いも)

いんげん(冷)

40

40

50

15

50

5

5

上白糖

☆淡口醤油

☆濃口醤油

みりん(本みりん)

☆だしバツク

米ぬか油(菜野食品)

3

0.6

1.8

4

1.8

0.4

●ごまつなのコーンあえ

☆小松菜(冷)

☆濃口醤油

コーン・冷凍

☆濃口醤油

35

1.6

1.6

1.6

上白糖

米酢

1.3

0.3

☆メヒカリフライ 小:2尾 中:3尾

☆メヒカリフライ 1 米ぬか油(菜野食品) 3.2

●ごはん

643/847

●とりにくのバーベキューソース

鶏もも(若鶏)

純米酒

☆りんごビュール

60

15

4.8

上白糖

☆濃口醤油

味噌唐辛子

2.1

0.01

●ポテトサラダ

じゃがいも

きゅうり

☆魚肉ソーセージ

人参

食塩

25

10

5

5

0.02

しょうゆ(混合)

米酢

上白糖

☆ノンエッグマヨ(小袋)

0.04

0.8

0.8

1.2

●たまねぎだつぷりみそしる

☆厚揚げ(冷)

たまねぎ

かぼちゃ(冷凍)

しいたけ(干・乾)

10

45

15

1.2

青ねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

5

6.7

2.4

●ごはん

600/781

●ミートボールカレー

☆鶏団子(日東ベストFM)

人参

たまねぎ

じゃがいも

にんにく

15

15

75

10

10

生薑

カレー粉

☆カレールー

トマトケチャップ

米ぬか油(菜野食品)

1

1

1.5

0.4

0.15

●ごまつなサラダ

☆小松菜(冷)

☆厚揚げ(冷)

レモン(果汁)

コーン・冷凍

☆枝豆(冷凍)

30

5

1

5

5

米酢

☆ごま油(混合)

☆濃口醤油

オリーブ油

0.5

1

0.8

1

☆ソールフルげんきヨーグルト 1こ

●ごはん

585/774

●はっぽうさい

豚もも(大型)赤身

たまねぎ

人参

☆ずら郎(水煮)

たけのこ(水煮缶詰)

しいたけ(干・乾)

27

36

13

12

5

1.2

生薑

☆淡口醤油

☆中華だし(顆粒)

キャベツ

かたくり粉

上白糖

米ぬか油(菜野食品)

0.2

1.08

1.8

1.4

0.4

0.4

●きゅうりのピリからあえ

きゅうり

☆かつわかめ

☆濃口醤油

35

0.3

1.8

☆ごま油

味噌唐辛子

1.5

0.9

0.02

●みそポテト

☆じゃがいも(冷凍)

かたくり粉

☆濃口醤油

45

1.5

4.2

☆みそ(米)淡色辛みそ

上白糖

☆濃口醤油

1.8

2.25

0.4

☆のりつくだに 1ふくろ

●ごはん

632/830

●みそラーメン

☆中華麺

キャベツ

コーン・冷凍

人参

鶏挽肉

たまねぎ

人参

生薑

30

30

5

20

50

50

10

0.2

にんにく

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆みそ(米)赤色辛みそ

☆中華だし(顆粒)

純米酒

☆トウモロコシ

米ぬか油(菜野食品)

0.2

2.6

2.2

1.8

1.2

0.05

0.5

●カラフルサラダ

人参

☆小松菜(冷)

コーン・冷凍

☆ん(ローズ)

10

20

5

5

レモン(果汁)

上白糖

☆濃口醤油

米ぬか油(菜野食品)

0.5

1.2

1.6

0.4

☆れいとうりんご 1ふくろ

●ごはん

585/768

●そばろに

鶏挽肉

☆大豆(挽き割り)

たまねぎ

じゃがいも

☆コンソメ(顆粒)

☆枝豆(冷凍)

☆枝豆(生いも)

いんげん(冷)

40

40

50

15

50

5

5

上白糖

☆淡口醤油

☆濃口醤油

みりん(本みりん)

☆だしバツク

米ぬか油(菜野食品)

3

0.6

1.8

4

1.8

0.4

●ごまつなのコーンあえ

☆小松菜(冷)

☆濃口醤油

コーン・冷凍

☆濃口醤油

35

1.6

1.6

1.6

上白糖

米酢

1.3

0.3

☆メヒカリフライ 小:2尾 中:3尾

☆メヒカリフライ 1 米ぬか油(菜野食品) 3.2

●ごはん

643/847

●とりにくのバーベキューソース

鶏もも(若鶏)

純米酒

☆りんごビュール

60

15

4.8

上白糖

☆濃口醤油

味噌唐辛子

2.1

0.01

●ポテトサラダ

じゃがいも

きゅうり

☆魚肉ソーセージ

人参

食塩

25

10

5

5

0.02

しょうゆ(混合)

米酢

上白糖

☆ノンエッグマヨ(小袋)

0.04

0.8

0.8

1.2

●たまねぎだつぷりみそしる

☆厚揚げ(冷)

たまねぎ

かぼちゃ(冷凍)

しいたけ(干・乾)

10

45

15

1.2

青ねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

5

6.7

2.4

●ごはん

600/781

●ミートボールカレー

☆鶏団子(日東ベストFM)

人参

たまねぎ

じゃがいも

にんにく

15

15

75

10

10

生薑

カレー粉

☆カレールー

トマトケチャップ

米ぬか油(菜野食品)

1

1

1.5

0.4

0.15

●ごまつなサラダ

☆小松菜(冷)

☆厚揚げ(冷)

レモン(果汁)

コーン・冷凍

☆枝豆(冷凍)

30

5

1

5

5

米酢

☆ごま油(混合)

☆濃口醤油

オリーブ油

0.5

1

0.8

1

☆ソールフルげんきヨーグルト 1こ

●ごはん

585/774

●はっぽうさい

豚もも(大型)赤身

たまねぎ

人参

☆ずら郎(水煮)

たけのこ(水煮缶詰)

しいたけ(干・乾)

27

36

13

12

5

1.2

生薑

☆淡口醤油

☆中華だし(顆粒)

キャベツ

かたくり粉

上白糖

米ぬか油(菜野食品)

0.2

1.08

1.8

1.4

0.4

0.4

●きゅうりのピリからあえ

きゅうり

☆かつわかめ

☆濃口醤油

35

0.3

1.8

☆ごま油

味噌唐辛子

1.5

0.9

0.02

●みそポテト

☆じゃがいも(冷凍)

かたくり粉

☆濃口醤油

45

1.5

4.2

☆みそ(米)淡色辛みそ

上白糖

☆濃口醤油

1.8

2.25

0.4

☆のりつくだに 1ふくろ

●ごはん

632/830

●みそラーメン

☆中華麺

キャベツ

コーン・冷凍

人参

鶏挽肉

たまねぎ

人参

生薑

30

30

5

20

50

50

10

0.2

にんにく

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆みそ(米)赤色辛みそ

☆中華だし(顆粒)

純米酒

☆トウモロコシ

米ぬか油(菜野食品)

0.2

2.6

2.2

1.8

1.2

0.05

0.5

●カラフルサラダ

人参

☆小松菜(冷)

コーン・冷凍

☆ん(ローズ)

10

20

5

5

レモン(果汁)

上白糖

☆濃口醤油

米ぬか油(菜野食品)

0.5

1.2

1.6

0.4

☆れいとうりんご 1ふくろ

●ごはん

585/768

●そばろに

鶏挽肉

☆大豆(挽き割り)

たまねぎ

じゃがいも

☆コンソメ(顆粒)

☆枝豆(冷凍)

☆枝豆(生いも)

いんげん(冷)

40

40

50

15

50

5

5

上白糖

☆淡口醤油

☆濃口醤油

みりん(本みりん)

☆だしバツク

米ぬか油(菜野食品)

3

0.6

1.8

4

1.8

0.4

●ごまつなのコーンあえ

☆小松菜(冷)

☆濃口醤油

コーン・冷凍

☆濃口醤油

35

1.6

1.6

1.6

上白糖

米酢

1.3

0.3

☆メヒカリフライ 小:2尾 中:3尾

☆メヒカリフライ 1 米ぬか油(菜野食品) 3.2

●ごはん

643/847

●とりにくのバーベキューソース

鶏もも(若鶏)

純米酒

☆りんごビュール

60

15

4.8

上白糖

☆濃口醤油

味噌唐辛子

2.1

0.01

●ポテトサラダ

じゃがいも

きゅうり

☆魚肉ソーセージ

人参

食塩

25

10

5

5

0.02

しょうゆ(混合)

米酢

上白糖

☆ノンエッグマヨ(小袋)

0.04

0.8

0.8

1.2

●たまねぎだつぷりみそしる

☆厚揚げ(冷)

たまねぎ

かぼちゃ(冷凍)

しいたけ(干・乾)

10

45

15

1.2

青ねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

5

6.7

2.4

●ごはん

600/781

●ミートボールカレー

☆鶏団子(日東ベストFM)

人参

たまねぎ

じゃがいも

にんにく

15

15

75

10

10

生薑

カレー粉

☆カレールー

トマトケチャップ

米ぬか油(菜野食品)

1

1

1.5

0.4

0.15

●ごまつなサラダ

☆小松菜(冷)

☆厚揚げ(冷)

レモン(果汁)

コーン・冷凍

☆枝豆(冷凍)

30

5

1

5

5

米酢

☆ごま油(混合)

☆濃口醤油

オリーブ油

0.5

1

0.8

1

☆ソールフルげんきヨーグルト 1こ

●ごはん

585/774

●はっぽうさい

豚もも(大型)赤身

たまねぎ

人参

☆ずら郎(水煮)

たけのこ(水煮缶詰)

しいたけ(干・乾)

27

36

13

12

5

1.2

生薑

☆淡口醤油

☆中華だし(顆粒)

キャベツ

かたくり粉

上白糖

米ぬか油(菜野食品)

0.2

1.08

1.8

1.4

0.4

0.4

●きゅうりのピリからあえ

きゅうり

☆かつわかめ

☆濃口醤油

35

0.3

1.8

☆ごま油

味噌唐辛子

1.5

0.9

0.02

●みそポテト

☆じゃがいも(冷凍)

かたくり粉

☆濃口醤油

45

1.5

4.2

☆みそ(米)淡色辛みそ

上白糖

☆濃口醤油

1.8

2.25

0.4

☆のりつくだに 1ふくろ

●ごはん

632/830

●みそラーメン

☆中華麺

キャベツ

コーン・冷凍

人参

鶏挽肉

たまねぎ

人参

生薑

30

30

5

20

50

50

10

0.2

にんにく

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆みそ(米)赤色辛みそ

☆中華だし(顆粒)

純米酒

☆トウモロコシ

米ぬか油(菜野食品)

0.2

2.6

2.2

1.8

1.2

0.05

0.5

●カラフルサラダ

人参

☆小松菜(冷)

コーン・冷凍

☆ん(ローズ)

10

20

5

5

レモン(果汁)

上白糖

☆濃口醤油

米ぬか油(菜野食品)

0.5

1.2

1.6

0.4

☆れいとうりんご 1ふくろ

●ごはん

585/768

●そばろに

鶏挽肉

☆大豆(挽き割り)

たまねぎ

じゃがいも

☆コンソメ(顆粒)

☆枝豆(冷凍)

☆枝豆(生いも)

いんげん(冷)

40

40

50

15

50

5

5

上白糖

☆淡口醤油

☆濃口醤油

みりん(本みりん)

☆だしバツク

米ぬか油(菜野食品)

3

0.6

1.8

4

1.8

0.4

●ごまつなのコーンあえ

☆小松菜(冷)

☆濃口醤油

コーン・冷凍

☆濃口醤油

35

1.6

1.6

1.6

上白糖

米酢

1.3

0.3

☆メヒカリフライ 小:2尾 中:3尾

☆メヒカリフライ 1 米ぬか油(菜野食品) 3.2

●ごはん

643/847

●とりにくのバーベキューソース

鶏もも(若鶏)

純米酒

☆りんごビュール

60

15

4.8

上白糖

☆濃口醤油

味噌唐辛子

2.1

0.01

●ポテトサラダ

じゃがいも

きゅうり

☆魚肉ソーセージ

人参

食塩

25

10

5

5

0.02

しょうゆ(混合)

米酢

上白糖

☆ノンエッグマヨ(小袋)

0.04

0.8

0.8

1.2

●たまねぎだつぷりみそしる

☆厚揚げ(冷)

たまねぎ

かぼちゃ(冷凍)

しいたけ(干・乾)

10

45

15

1.2

青ねぎ

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆だしバツク

5

6.7

2.4

●ごはん

600/781

●ミートボールカレー

☆鶏団子(日東ベストFM)

人参

たまねぎ

じゃがいも

にんにく

15

15

75

10

10

生薑

カレー粉

☆カレールー

トマトケチャップ

米ぬか油(菜野食品)

1

1

1.5

0.4

0.15

●ごまつなサラダ

☆小松菜(冷)

☆厚揚げ(冷)

レモン(果汁)

コーン・冷凍

☆枝豆(冷凍)

30

5

1

5

5

米酢

☆ごま油(混合)

☆濃口醤油

オリーブ油

0.5

1

0.8

1

☆ソールフルげんきヨーグルト 1こ

●ごはん

585/774

●はっぽうさい

豚もも(大型)赤身

たまねぎ

人参

☆ずら郎(水煮)

たけのこ(水煮缶詰)

しいたけ(干・乾)

27

36

13

12

5

1.2

生薑

☆淡口醤油

☆中華だし(顆粒)

キャベツ

かたくり粉

上白糖

米ぬか油(菜野食品)

0.2

1.08

1.8

1.4

0.4

0.4

●きゅうりのピリからあえ

きゅうり

☆かつわかめ

☆濃口醤油

35

0.3

1.8

☆ごま油

味噌唐辛子

1.5

0.9

0.02

●みそポテト

☆じゃがいも(冷凍)

かたくり粉

☆濃口醤油

45

1.5

4.2

☆みそ(米)淡色辛みそ

上白糖

☆濃口醤油

1.8

2.25

0.4

☆のりつくだに 1ふくろ

●ごはん

632/830

●みそラーメン

☆中華麺

キャベツ

コーン・冷凍

人参

鶏挽肉

たまねぎ

人参

生薑

30

30

5

20

50

50

10

0.2

にんにく

☆みそ(米)淡色辛みそ

☆みそ(米)赤色辛みそ

☆中華だし(顆粒)

純米酒

☆トウモロコシ

米ぬか油(菜野食品)

0.2

2.6

2.2

1.8

1.2

0.05

0.5

●カラフルサラダ

人参

☆小松菜(冷)

コーン・冷凍

☆ん(ローズ)

10

2

はく い がんが
白衣について考えよう

～みんなが安全に気持ちよく食べるために～



給食当番さんが白い白衣を着るのは
汚れがすぐにわかるようにする目的
もあります。食べ物を扱うときは、
清潔な身なりと態度をいつも心がけ
ていきたいですね。



トイレは白衣に着替える前に
すませておきましょう。手は
せっけんを使っていないに
洗い、清潔なハンカチできち
んとふきとりましょう。



白衣の取り扱いに気をつけ
ます。床の上でたんだり、
汚れた場所に白衣袋を置い
たりしてはいけません。



給食当番さんには、クラスみんなに安全に給食を届けるという大きな責任があります。その自覚をきちんともちましょう。ふざけたり、不衛生なことをしたりしてはいけません。

