

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 4 columns: 食品グループ, エネルギー, 体をつくる, 体の調子を整える. Includes items like 小麦粉, 大豆, 野菜, etc.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。



Menu for days 1-3 (水, 木, 金). Day 1: 牛乳, ごはん, ちくわの磯辺揚げ. Day 2: 牛乳, 親子丼. Day 3: 文化の日.



フルーツ給食

Header row for days 6-10 (月, 火, 水, 木, 金).

Menu for days 6-10. Day 6: 牛乳, ごはん, 豚肉のオイスター炒め. Day 7: ジョア, ごはん, はんぺんフライ. Day 8: 牛乳, ピラフ. Day 9: 牛乳, ごはん, 照焼き肉だんご. Day 10: 牛乳, ごはん, 揚げだし豆腐.

Header row for days 13-17 (水, 木, 金, 土, 日).

Menu for days 13-17. Day 13: 牛乳, ガバオライス. Day 14: 牛乳, ごはん, いわしの薬味だれかじ. Day 15: 牛乳, ごはん, ハンバーグ. Day 16: 牛乳, ごはん, 豚肉のあんからめ. Day 17: 牛乳, ごはん, カレーうどん.

Header row for days 20-24 (水, 木, 金, 土, 日).

Menu for days 20-24. Day 20: 牛乳, ごはん, 焼きさばのみそだれかじ. Day 21: ミルージュ, ごはん, 牛肉コロッケ. Day 22: 牛乳, パーガーパン, 照り焼きピーチハンバーグ. Day 23: 牛乳, ごはん, ささみのマリナソース. Day 24: 牛乳, ごはん, ささみのマリナソース.

Header row for days 27-30 (水, 木, 金, 土).

Menu for days 27-30. Day 27: 牛乳, チャーハン. Day 28: 牛乳, ごはん, 大学いも. Day 29: 牛乳, 焼き寄せごはん. Day 30: 牛乳, カレーライス.



フルーツ給食