

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。



Table with 3 columns: 水 1, 木 2, 金 3. Each column lists menu items and their kcal values.

Table with 5 columns: 月 6, 火 7, 水 8, 木 9, 金 10. Each column lists menu items and their kcal values.

Menu for 月 6 (670kcal). Includes items like 豚丼, キャベツのゆかり和え, みかん. Includes a 'フルーツ給食' (Fruit meal) icon.

Menu for 火 7 (661kcal). Includes items like ごはん, 焼き鯖のみそだれがけ, たくあんあえ, ほうれん草のすまし汁.

Menu for 水 8 (703kcal). Includes items like コッペパン, ラーメン, バンバンジーサラダ, マカロニサラダ.

Menu for 木 9 (970kcal). Includes items like ジビエカレーライス, マカロニサラダ.

Menu for 金 10 (647kcal). Includes items like ごはん, 春巻き, 焼き肉サラダ, 鶏肉つるんとスープ.

Menu for 13 (754kcal). Includes items like ごはん, つくのソース焼き, あじみ菜のおひたし, 高野豆腐の卵とじ.

Menu for 14 (607kcal). Includes items like ごはん, きゅうりのナムル, 麻婆大根, 豚汁.

Menu for 15 (624kcal). Includes items like コッペパン, チキンナゲット(2個), ツナ和え, 白菜のクリーム煮.

Menu for 16 (591kcal). Includes items like ごはん, 塩昆布和え, 豚肉と野菜の生巻煮.

Menu for 17 (653kcal). Includes items like ごはん, 鮭のマヨパン粉焼き, フロッキーのおかかあえ, わかめのみそ汁.

Menu for 20 (812kcal). Includes items like ごはん, かつおふいかけ, 紅くるり大根サラダ, そぼろ煮.

Menu for 21 (689kcal). Includes items like ごはん, かぼちゃひき肉フライ, キャベツのゆず風味サラダ, 豚汁.

Menu for 22 (619kcal). Includes items like コッペパン, 鶏肉とじゃが芋のバジル焼き, ミネストローネ, ネーフル.

Menu for 23 (715kcal). Includes items like 牛乳, ごはん, さわらの竜田揚げ, ほうれん草ともやしのごま和え, 白菜のみそ汁.

Menu for 24 (707kcal). Includes items like 牛乳, ごはん, カレーうどん, 大根とあじみ菜のツナサラダ.



＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table explaining food groups and nutrients: しょくひん食品グループ, えいようそ栄養素, たんぱく質, ビタミン, エネルギー, 体をつくる, 体の調子を整える.

・・・献立のなかから・・・
○9日は、和歌山県から提供のある「ジビエ(いのしし肉)」を使った「ジビエカレーライス」です。