

ひよしだいがくえんチケット

年少中長献立予定



tue

wed

thu

fri

12

1 むぎごはん
ポークチップ
トウフのちゅうかあえ
エノキのみそしる
オレンジ
あおりんごゼリー
540(c)21.8(p)
9.4(f)1.3(s)

2 ごはん
ヤンニヨムチキン
キャベツのナムル
たまごのとりがらスープ
パイナップル
いちごジャムサンド
525(c)17.1(p)
11.9(f)1.3(s)

3 ハヤシライス
ササミのトマトナムル
やきナスのみそしる
もも
チーズ 牛乳
シュークリーム
575(c)18.3(p)
14.9(f)1.6(s)

4 うどん
ギョウザ
キュウリのあさづけ
りんご
てづくりピザ
522(c)20.3(p)
16.8(f)1.4(s)

5 ごはん
ポークシチュー
にんじんのシリシリ
やさいコロッケ
バナナ
シフォンケーキ
558(c)19.6(p)
13.3(f)1.4(s)

8 ごはん
ホイコーロー
ひじきサラダ
トウフのみそしる
ようなし
ピザトースト
540(c)16.1(p)
14.2(f)1.3(s)

9 ごはん
おでん
はくさいのこんぶあえ
ベーコンのみそしる
グレープフルーツ
てづくりプリン
527(c)21.4(p)
11.7(f)1.4(s)

10 しょうゆラーメン
ブチにくまん
もやしのナムル
オレンジ
牛乳
ツナマヨサンド
522(c)21.7(p)
21.7(f)1.4(s)

11 ごはん
マグロカツ
マカロニサラダ
とんじる
ロールケーキ
たいやき
552(c)20.7(p)
13.0(f)1.3(s)

12 ごはん
ぶたのしょうがやき
プロッコリーのサラダ
なめこのみそしる
パイナップル
パンみみラスク
519(c)15.2(p)
12.8(f)1.4(s)

15 しろマーボーどん
はるさめサラダ
たまねぎのみそしる
もも
たこやき
535(c)16.8(p)
9.4(f)1.4(s)

16 カレーライス
だいこんサラダ
トウフのみそしる
バナナ
チーズ
たまごサンドイッチ
529(c)16.8(p)
9.4(f)1.4(s)

17 ごはん
ハンバーグ
ポテトサラダ
ベーコンのコーンスープ
いちごケーキ 牛乳
てづくりピザ
521(c)12.6(p)
15.2(f)1.4(s)

18 むぎごはん
ササミチーズフライ
トマトのしろあえ
キャベツのみそしる
ようなし
りんごヨーグルト
523(c)22.7(p)
6.4(f)1.4(s)

19 やきそば
カニカマのサラダ
はるまき
シメジのみそしる
オレンジ
フレンチトースト
529(c)20.4(p)
15.4(f)1.4(s)

22 ごはん
トリのゆうあんあげ
カボチャのもの
けんちんじる
ゆずゼリー
やきそばパン
537(c)22.5(p)
8.2(f)1.4(s)

23 にくじゃが
おきなわジューシー
だいこんのみそしる
ブチにくまん
りんご
パンみみラスク
533(c)14.3(p)
11.4(f)1.3(s)

24 ごはん
ブリだいこん
キュウリめかぶウメあえ
にんじんのみそしる
みかん 牛乳
てづくりプリン
519(c)18.1(p)
12.1(f)1.4(s)

25 ローストチキン
カニのクリームパスタ
マセドリアンサラダ
ビーフスープ
いちごケーキ
てづくりクッキー
544(c)28.3(p)
28.3(f)1.4(s)

26
おおそうじ

29 ふゆやすみ

30 ふゆやすみ

31 おおみそか

※栄養表示のCはカロリー、Pはたんぱく質、Fは脂質、Sは食塩相当量となります。

<給食アンケート>給食リクエストお待ちしております。用紙に記入して事務所のポストに投函して下さい♪