



日(曜)	こんだて		つかわれているしよくひんとそのおもなほたらき			栄養価 34年生の エネルギー Kcal 蛋白質g	
	しよしよく	ぎゆう にゆう	お か す	き	あか		みどり
1(水)	キャラメルあげパン 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	ABCスープ かいそうサラダ	コッパン あぶら さとう じゃがいも マカロニ ごま	ぎゆうにゆう ベーコン かいそう	マッシュルーム たまねぎ にんじん トマト パセリ とうもろこし だいこん きゅうり	594 17.4
2(木)	むぎごはん 		ぶたきむち トックスープ かんこくのり	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん トック	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく のり	にんにく しょうが たまねぎ にんじん だけのこ キャベツ にら ながねぎ はくさい もやし チンゲンサイ	573 25.9
3(金)	いわしのかばやきどん 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	きなこだいず けんちんじる	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく	ぎゆうにゆう いわし だいず きなこ あぶらあげ	ごぼう だいこん にんじん こまつな ながねぎ	688 26.1
6(月)	ぎょうふうたぬきうどん 		ささかまぼこのてんぷら いそかあえ	じごなうどん あぶら こむぎこ	ぎゆうにゆう とりにく なると あぶらあげ ささかまぼこ たまご のり	にんじん しめじ だいこん しょうが ながねぎ もやし こまつな キャベツ	588 25.9
7(火)	むぎごはん 		キーマカレー てづくりぶくじんづけ いよかん	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく だいず しらはなまめ	にんにく しょうが セロリー にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト きゅうり だいこん れんこん いよかん	622 21.6
8(水)	こまつなチャーハン 		にぎすのいそペフライ ちゅうかスープ	こめ むぎ あぶら でんぶん こめこ	ぎゆうにゆう やきぶた なると にぎす とうふ とりにく	にんじん とうもろこし にんにく こまつな たまねぎ チンゲンサイ もやし はくさい	586 21.9
9(木)	むぎごはん 		にくじゃが からしすあえ てづくりぶりかけ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく ごま	ぎゆうにゆう ぶたにく ツナ かつおぶし ちりめんじゃこ	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ きゅうり	616 25.0
10(金)	セルフハンバーガー 		ラビオリスープ りんご	セサミバーズ あぶら さとう	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく	キャベツ はくさい たまねぎ にんじん こまつな りんご	675 30.0
13(月)	むぎごはん 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	すぶた ちゅうかきゅうり ライチゼリー	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん こむぎこ	ぎゆうにゆう ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん だけのこ しいたけ ピーマン きゅうり ライチかじゅう	705 25.4
14(火)	ミートソーススパゲティ 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	チキンナゲット こんにゃくサラダ てづくりチョコプリン	スパゲティ あぶら さとう こんにゃく ごま でんぶん こむぎこ チョコレート	ぎゆうにゆう ぶたにく だいず とりにく だっしふんにゆう なまクリーム とうもろこし ココア	しょうが にんにく たまねぎ にんじん セロリー トマト パセリ だいこん きゅうり とうもろこし ココア	687 31.1
15(水)	わかめごはん 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	いかのこくとうかりんあげ とんじる	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん こんにゃく さといも	ぎゆうにゆう わかめ いか ぶたにく あぶらあげ とうふ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ	591 25.5
16(木)	ちゅうかうたきこみごはん 		ししゃもフライ にらたまスープ	こめ あぶら でんぶん	ぎゆうにゆう ぶたにく ししゃも たまご	だけのこ たまねぎ にんじん しいたけ ばんのうねぎ しょうが にんにく にら ながねぎ	575 21.9
17(金)	フラワーロール 		クリームシチュー ひじきのマリネ はなみかん	フラワーロール じゃがいも こむぎこ バター あぶら さとう ごま	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく チーズ ひじき ハム	にんじん はくさい たまねぎ グリーンピース きゅうり だいこん みかん	616 22.9
20(月)	だいずいりひじきごはん 		あげだしとうふのおろしソースがけ みそじる	こめ さとう あぶら こんにゃく	ぎゆうにゆう ぶたにく ひじき あぶらあげ とうふ しらたまふ わかめ	にんじん グリンピース だいこん たまねぎ こまつな もやし ながねぎ	585 24.4
21(火)	スタミナみそラーメン 		パンダにくまん くきわかのチョコナムル	ホットちゅうかめん あぶら さとう こむぎこ ごま もちこ でんぶん	ぎゆうにゆう ぶたにく なると くきわかめ	にんじん とうもろこし もやし にら ながねぎ にんにく しょうが えのきたけ パプリカパウダー たまねぎ しいたけ ゴーサイ	626 27.3
22(水)	むぎごはん 		すきやきぶんに かりかりこめこめんサラダ きよみオレンジ	こめ むぎ あぶら さとう しらたき こめこめん ごま	ぎゆうにゆう ぶたにく とうふ	にんじん はくさい えのきたけ しめじ ながねぎ きゅうり キャベツ もやし とうもろこし きよみオレンジ	634 25.3
23(木)	てんのかんじゅうび 天皇誕生日						
24(金)	てづくりカレーパン 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	やさいスープ ヨーグルトフルーツミックス	こどもパン あぶら バター こむぎこ はんこ こめこ さとう	ぎゆうにゆう だいず とりにく ヨーグルト	たまねぎ にんじん トマト キャベツ ほうれんそう みかん (かんづめ) わなし (かんづめ) もも (かんづめ)	656 22.9
27(月)	むぎごはん 	 ねん ぐみ こうあんこんだて ★6年2組考案献立	マーボー豆腐 こまつなわかめのサラダ	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん ごま	ぎゆうにゆう とうふ ぶたにく わかめ	たまねぎ だけのこ にんじん ながねぎ にんにく しょうが しいたけ グリンピース こまつな キャベツ とうもろこし	617 24.0
28(火)	ソイどん 		みぞれじる りんご	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん じゃがいも	ぎゆうにゆう だいず ぶたにく ベーコン なまあげ	グリーンピース にんじん だいこん えのきたけ ながねぎ こまつな りんご	644 26.3

※都合により変更する場合がありますのでご了承ください。

★6年生考案献立について★

6年生の家庭科「こんだてを工夫して」で学習した内容をもとにグループで一食分の給食を考案しました。2月は、6年2組考案献立を提供します。
栄養、彩り、旬、地産地消、味の組み合わせ、調理時間、衛生管理、給食の設備等のポイントを踏まえ、愛情をこめて考案献立を立てました。
3月は6年3組の考案献立を提供予定です。お楽しみに♪