



スクールランチ

岩国市立岩国小学校

9月前半

よていこんだてひょう

2024. 8. 30

| 曜日 | こんだてめい | ざいりょうめい | | | | | | 栄養量 エネルギー (kcal) たん白質 (g) | た お べ て お で | |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|----|-----------------|-------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-----|
| | | 主に体を作るものになる | | 主に体の調子を整えるものになる | | 主にエネルギーのものになる | | | | その他 |
| | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | | | |
| 2 | ごはん なすのマーボー豆腐 フルーツミックス | | 牛乳 | | | | ごはん さとう、でんぷん ごまあぶら | 686 | 野菜 海藻類 いも類 | |
| 3 | パン カレーミックスポテト ビーフンスープ | パテチョコレート ベーコン ぶたにく | 牛乳 | | | | パン、パテチョコレート じゃがいも あぶら | 598 | 魚 乳製品 果物 | |
| くじらの日献立・・・くじらの日(9月4日)にちなんだ献立です。昔の給食にくじらはよく使われていました。 | | | | | | | | | | |
| 4 | ごはん くじらのたつたあげ たくあんあえ なつやさいのみそしる | | 牛乳 | | | | ごはん こむぎこ、でんぷん あぶら しょうゆ さとう ごまあぶら、ごま しょうゆ にぼし | 613 | 卵 野菜 いも類 | |
| 5 | ごはん ぶたキムチ すいぎょうざスープ ももゼリー | ぶたにく すいぎょうざ(とりにく、ぶたにく)、なまあげ | 牛乳 | | | | ごはん ごま、ごまあぶら みりん、しお、しょうゆ しょうゆ、コンソメ、しお、こしょう ももゼリー | 601 | 魚 豆製品 種実類 | |
| 郷土料理献立・・・静岡県 なんか揚げとは、ありあわせの魚と野菜をませあわせて、油で揚げた魚のハンバーグです。 | | | | | | | | | | |
| 6 | アップルパン なんかあげ チンゲンサイとハムのソテー ABCスープ | | 牛乳 | | ドライアップル | | パン さとう、じゃがいも あぶら しょうゆ あぶら しお、こしょう コンソメ、しょうゆ、しお、こしょう | 645 | 魚 海藻類 野菜 | |
| 9 | ごはん さばのしょうがに しそひじきあえ おふのみそしる | さば | 牛乳 | | | | ごはん さとう、みずあめ しょうゆ、す、こんぶだし にぼし | 731 | 卵 野菜 種実類 | |
| 10 | まるパン にこみハンバーグ ボイルキャベツ ミネストローネ | (ぶたにく、とりにく) | 牛乳 | | | (たまねぎ) キャベツ | (でんぷん)さとう あぶら しょうゆ、コンソメ、しょうゆ、しお、こしょう | 658 | 魚 海藻類 果物 | |
| 11 | ポークカレーライス (ごはん) わかめソテー れいとうみかん | ぶたにく | 牛乳 | にんじん | たまねぎ、りんご にんにく、しょうが、グリーンピース | | ごはん、こむぎこ じゃがいも バター あぶら | 659 | 魚 豆製品 野菜 | |
| 12 | ごはん あじのなんばんづけ あいしょうじる | あじ ベーコン、とうふ、むぎみそ | 牛乳 | | | | ごはん さとう あぶら しょうゆ、さけ、す にぼし | 665 | 肉 野菜 海藻類 | |
| 13 | パン なすのミートソーススパゲッティ こまつなサラダ | いちごジャム きゅうにく、ぶたにく、だいたミート まぐるみずに | 牛乳 | | | | パン、いちごジャム スパゲッティ あぶら | 644 | 魚 海藻類 乳製品 | |
| 17 | せわりパン おおむぎいりミートソース とうがんのスープ | ぶたにく、きゅうにく、とうふ ぶたにく、なまあげ | 牛乳 | | | | パン スーパーおおむぎ、さとう、パンこ ごま | 593 | 卵 乳製品 野菜 | |

(都合により献立を変更することがあります。)