



のこんだてひょう



平成29年(2017年)

甲斐市立竜王東小学校

日 曜日	こんだてめい	あかのしょくひん	みどりのしょくひん	きいろのしょくひん	備考
		ち・にくになるもの	からだのしょうしをととのえるもの	ねつ・ちからになるもの	
2/1 (水)	とりそぼろどん	とりにく たまご だいず	グリーンピース にんじん しいたけ しょうが	さとう あぶら こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さつまいものごまあえ		いんげん コーン ごぼう にんじん	さつまいも ごま さとう	
	だんごじる	あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ こまつな ねぎ はくさい	おじゃがもちボール	
2 (木)	ぼんかん		ぼんかん		入学説明会
	そぼろパン			そぼろパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ホキのガーリックやき	ホキ	にんにく パセリ バジル	オリーブオイル	
	ひじきのマリネ	ハム ひじき	にんじん キャベツ きゅうり コーン		
3 (金)	クラムチャウダー	ぎゅうにゅう あさり いか えび とりにく スキムミルク	にんじん たまねぎ えだまめ マッシュルーム パセリ	じゃがいも バター ベシヤメルソース	
	※節分献立				
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いわしのマスタードフライ	いわし あおのり	にんにく しょうが	パンこ こむぎこ あぶら	
	やはたいものにつけ	ちくわ	ごぼう にんじん こんにゃく いんげん	あぶら やはたいも さとう	
6 (月)	わかめのみそしる	わかめ とうふ みそ	こまつな		
	ふくまめ	だいず			
	ココアあげパン			あぶら さとう コッペパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
7 (火)	スモークチキンサラダ	とりにく	キャベツ パプリカ えだまめ きゅうり コーン		
	ポトフ	ウインナー とりにく	にんじん ブロッコリー たまねぎ だいこん コーン パセリ	じゃがいも	
	チーズヨーグルトケーキ	ぎゅうにゅう		ビスケット	
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
8 (水)	あじのなんぷやき	あじ		さとう ごま	
	わかめとえのきたけいため	わかめ かつおぶし	キャベツ えのきたけ	ごまあぶら	
	さつまいものみそしる	みそ	はくさい しめじ だいこん たまねぎ こんにゃく ごぼう	あぶら さつまいも	
	きなこだんご	きなこ		しらたまもち さとう	
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
9 (木)	ハッシュドビーフポテト	ワインビーフ	たまねぎ にんじん しょうが ピーマン にんにく あかさかトマト	オリーブオイル じゃがいも	
	チンゲンサイのサラダ	わかめ	チンゲンサイ だいこん いんげん にんじん りんご	あぶら	
	レタスのスープ		レタス だいこん たまねぎ にんじん こまつな		
	はちみつれもんゼリー			はちみつレモンゼリー	
	むぎごはん			こめ むぎ	
10 (金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			6年生中学校説明会
	とりにくのうめジャムに	とりにく	にんにく しょうが	うめジャム オリーブオイル	
	ジャーマンポテト	ウインナー	コーン たまねぎ えだまめ パセリ	じゃがいも バター	
	コーンスープ	かまぼこ たまご とうふ	コーン にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな	かたくりこ	
	よしのじる		しょうが ねぎ にんじん たまねぎ しいたけ いんげん しょうが	さとう さとう	
13 (月)	かたくりこ		たけのこ にんじん しいたけ こまつな だいこん	やはたいも かたくりこ	
	こどもパン			こどもパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	マカロニグラタン	あさり いか とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	たまねぎ マッシュルーム パセリ	マカロニ バター ベシヤメルソース	
エンサラダ	ベーコン		キャベツ ブロッコリー にんじん きゅうり コーン レモン	さとう	
	レタスのスープ	ウインナー	コーン しめじ たけのこ レタス ブロッコリー	ごまあぶら	

14 (火)	*バレンタインデーこんだて オムライス		とりにく たまご	トマト にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム グリーンピース	こめ むぎ バター	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ハートのコロック				ハートのコロック あぶら	
	さっぱりミネストローネ	ウインナー あさり	にんじん だいこん たまねぎ こまつな あかさかトマト セロリー		オリーブオイル	
	ハートのチョコプリン				ハートのチョコプリン	
15 (水)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さんがやき	あじ とりにく みそ ひじき ぎゅうにゅう たまご	たまねぎ にんじん ごぼう しょうが		パンこ さとう ごま かたくりこ	
	こんにゃくのおかかあえ	あじつけかつおフレーク	こまつな もやし キャベツ コーン にんじん こんにゃく			
	もずくのみそしる	もずく とうふ みそ	こまつな ねぎ にんじん しいたけ			
16 (木)	*縦割り給食 はなやかごはん				こめ むぎ	クイズ正解者の希望献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	からあげ	とりにく	にんにく しょうが		あぶら かたくりこ	
	やさいのキムチあえ	ちくわ	キャベツ きゅうり にんじん		ごまあぶら さとう	
	とうふのすましじる	とうふ	しめじ みずな			
	チョコタルト				チョコタルト	
17 (金)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	デミカレー	ぶたにく ぎゅうにゅう スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ りんご にんじん マッシュルーム あかさかトマト		あぶら じゃがいも カレー	
	ミニオムレツ	たまご				
	グリーンサラダ	チーズ	きゅうり キャベツ ブロッコリー えだまめ		ごまドレッシング	
	キウイフルーツ		キウイフルーツ			
20 (月)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	とうふのにくみそやき	とうふ ぶたにく とりにく だいず みそ チーズ	たまねぎ しいたけ たけのこ		ごまあぶら さとう	
	ひじきサラダ	ひじき	ヤブコウジ キャベツ えだまめ パプリカ		わふうドレッシング	
	りきゅうじる	ぶたにく みそ トウバンジャン	だいこん こんにゃく にんじん ねぎ こまつな		ごま あぶら やはたいも	
21 (火)	マーボーラーメン		ぶたにく とうふ みそ テンメンジャン コチュジャン	にんにく しょうが ねぎ ニラ たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ ほうれんそう しいたけ	ちゅうかめん かたくりこ ごまあぶら	クイズ正解者の希望献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	にたまご	たまご			さとう	
	くらげサラダ	わかめ	きゅうり コーン もやし にんじん くらげ えだまめ		ちゅうかドレッシング	
	みかん		みかん			
22 (水)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さばのピザやき	さば チーズ	にんにく しょうが トマト たまねぎ ピーマン パセリ		パンこ	
	くきわかめのきんぴら	くきわかめ ぶたにく	にんじん ごぼう こんにゃく		あぶら さとう ごま	
	こんさいじる	とうふ みそ	れんこん だいこん にんじん ねぎ		じゃがいも	
	いよかん		いよかん			
23 (木)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	いかのサラサあげ	いか	にんにく しょうが		ごま あぶら さとう	
	こうやどうふいりおやこに	こうやどうふ とりにく たまご	にんじん たまねぎ たけのこ ニラ		じゃがいも さとう	
	きりぼしだいこんのみそしる	とうふ みそ	えのきたけ たまねぎ ほうれんそう きりぼしだいこん			
24 (金)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	とりにくのカレーマヨネーズやき	とりにく チーズ	たまねぎ パセリ		マヨネーズ	
	だいずのいなかに	だいず とりにく こんぶ	れんこん ごぼう にんじん こんにゃく いんげん		さとう あぶら	
	レタスのみそしる	みそ	レタス だいこん たまねぎ こまつな にんじん えんどう			
	むらさきいもチップス			むらさきいもチップス		
27 (月)	むぎごはん				こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さんまのかばやき	さんま	しょうが		あぶら さとう ごま	
	きりぼしだいこんサラダ		きりぼしだいこん にんじん もやし ほうれんそう にんにく		ごまあぶら さとう ごま	
	みずなのかきたまスープ	たまご わかめ	しいたけ みずな えのきたけ にんじん			
	みかん		みかん			
28 (火)	かしわのてまきごはん		とりにく たまご のり かにフレーク	しいたけ かんぴょう たけのこ さやえんどう しょうが	こめ むぎ	6年生を送る会
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	さけのゆうあんやき	さけ	レモン			
	オニオンサラダ	ツナ	コーン きゅうり キャベツ ブロッコリー えだまめ		オニオンドレッシング	
	すましじる	かまぼこ わかめ とうふ	こまつな しいたけ にんじん			
	いちごババロア	ぎゅうにゅう なまクリーム	いちご			

*都合により変更する場合があります。