



のこんだてひょう



平成31年（2019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	からだのちょうしをととのえるもの	ねつ・ちからになるもの	
4/8 (月)	きなこあげパン	きなこ		コッパン あぶら さとう	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ えだまめ コーン	あぶら じゃがいも	
	ワントンスープ	ぶたにく	はくさい にんじん ニラ しいたけ ねぎ コーン きくらげ にんにく	ごまあぶら ワンタン	
	プリンババロア	ぎゅうにゅう	いちご	プリンのもと なまクリーム	
9 (火)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さばのみそに	さば みそ	しょうが	みそ さとう	
	ごもくきんぴら	だいず さつまあげ とりにく	にんじん ごぼう こんにゃく いんげん	さとう	
	わかめととうふのみそしる みしょうかん	わかめ とうふ みそ	にんじん こまつな ねぎ みしょうかん		
10 (水)	※ほうとうの日献立 かぼちゃほうとう	あぶらあげ ぶたにく みそ	にんじん だいこん しいたけ ねぎ こまつな かぼちゃ	なまめん	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ちくわのいそべあげ もやしのごまあえ	ちくわ あおのり	こまつな だいずもやし はくさい にんじん コーン	あぶら てんぷらこ さとう ごま	
	フルーツゼリー		パイン オレンジジュース	カクテルゼリー いちごゼリー	
	むぎごはん			こめ むぎ	
11 (木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	イタリアンハンバーグ	ぶたにく だいず チーズ ぎゅうにゅう たまご	たまねぎ パセリ セロリー バジル にんにく しょうが あかさかトマト	パンこ さとう オリーブオイル	
	イタリアンはるさめ	とりにく	キャベツ パプリカ えだまめ コーン きゅうり	はるさめ イタリアンドレッシング	
	えびだんごスープ	えびだんご	レタス だいこん たまねぎ こまつな にんじん		
	むぎごはん			こめ むぎ	
12 (金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ビーフカレー	ワインビーフ ぎゅうにゅう スキムミルク	にんにく にんじん あかさかトマト たまねぎ りんご グリーンピース	あぶら じゃがいも カレールー	
	にたまご	たまご		さとう	
	グリーンサラダ	ツナ	キャベツ きゅうり いんげん ブロッコリー	ごま	
	オレンジババロア	ぎゅうにゅう	オレンジ	カクテルゼリー	
15 (月)	※入学・進級祝いの日献立 ちらしずし	ほっかいフレーク たまご えび	にんじん しいたけ かんぴょう さくら さやえんどう	こめ さとう	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	てばのからあげ	とりにく	にんにく しょうが	かたくりこ あぶら	
	やさいのおかかえ	おかか	はくさい なばな もやし にんじん	ごま ごまあぶら	
	おいわいすましじる	なると とうふ わかめ	みずな しいたけ しめじ にんじん		
	おいわいケーキ			ケーキ	
16 (火)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	たらのコーンやき	たら	コーン パセリ	ノンエッグマヨネーズ	
	やさいのおろしあえ	とりにく	キャベツ きゅうり コーン にんじん ブロッコリー だいこん		
	かすじる	ぶたにく とうふ みそ さけかす	にんじん こんにゃく こまつな ねぎ	さつまいも	
きなこだんご	きなこ		しらたまもち さとう		
17 (水)	しょくパン ミックスジャム			しょくパン ミックスジャム	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ポークビーンズ	ぶたにく だいず チーズ	にんにく たまねぎ にんじん あかさかトマト グリーンピース	オリーブオイル バター	
	たまごとブロッコリーのサラダ	たまご	ブロッコリー にんじん えだまめ きゅうり	かおりごまドレッシング	
	ポトフ	ウインナー	にんじん キャベツ たまねぎ コーン パセリ	じゃがいも	

18 (木)	さんさいごはん	あぶらあげ とりにく	さんさいミックス にんじん	こめ むぎ ごま さとう
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	さわらのさいきょうやき	さわら みそ	にんにく しょうが ねぎ	ごま さとう ごまあぶら
	ぶたにくときりほしだいこのピリからいため	ぶたにく トウバンジャン	きりほしだいこん にんじん ニラ たけのこ エリンギ にんにく	ごま ごまあぶら
	ふのすましじる	ふ とうふ	しいたけ にんじん こまつな	
19 (金)	こどもパン			こどもパン
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	メンチカツ	とりにく ぶたにく ぎゅうにく とうふ スキムミルク たまご	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ	こむぎこ パンこ あぶら さとう
	マカロニサラダ	ハム	にんじん きゅうり コーン	コーンクリームドレッシング
	ジュリアンヌスープ	かまぼこ	セロリー キャベツ にんじん えのきたけ	
	グレープゼリー			ぶどうゼリーのもと
22 (月)	わかめごはん	わかめ		こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	さけのにんにくしょうゆやき	さけ	にんにく しょうが	
	ぶたにくとじゃがいものマスタードあえ	ぶたにく	しょうが にんじん コーン えだまめ	じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ
	キャベツのみそしる	たまご みそ とうふ	キャベツ たまねぎ にんじん ニラ	
23 (火)	ミルクパン			ミルクパン
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	にくだんごのトマトに	とりにく ぶたにく たまご とうふ	ごぼう たまねぎ しょうが にんにく セロリー あかさかトマト	かたくりこ パンこ ごまあぶら さとう
	アスパラサラダ	かまぼこ	きゅうり だいこん アスパラガス コーン キャベツ	かおりごまドレッシング
	レタスとはるさめのスープ	ウインナー	レタス にんじん こまつな たけのこ	はるさめ ごまあぶら
	シュワシュワゼリー			カクテルゼリー いちごゼリー
24 (水)	マーボーどん	ぶたにく みそ とうふ テンメンジャン コチュジャン	しいたけ ねぎ にんじん にんにく しょうが	こめ むぎ ごまあぶら ピーナッツバター さとう
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	ちんげんさいのオイスターソース	とりにく	しょうが にんじん キャベツ もやし チンゲンサイ たけのこ きくらげ	あぶら さとう
	わかめとこまつなのスープ	わかめ	だいこん にんじん こまつな ねぎ	ごまあぶら
	みかんゼリー			みかんゼリー
25 (木)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	あじのカレーあげ	あじ	にんにく しょうが	ごま さとう あぶら かたくりこ
	カルシウムサラダ	わかめ あぶらあげ しらすぼし	きりほしだいこん にんじん きくらげ キャベツ コーン	みぞれドレッシング
	とんじる	ぶたにく とうふ みそ	ごぼう こんにゃく にんじん ねぎ こまつな れんこん	じゃがいも あぶら
26 (金)	※こどもの日献立	チャーシュー	しいたけ にんじん たけのこ グリーンピース	こめ もちごめ ごま さとう
	ちゅうかおこわ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	とりにくのさっぱり	とりにく うずらたまご あつあげ	にんにく こんにゃく えだまめ	さとう あぶら
	ナムル		ほうれんそう にんじん もやし こんにゃく コーン	ナムルドレッシング
	わかめスープ	わかめ とうふ	ねぎ にんじん たけのこ	ごま ごまあぶら
かしわもち			かしわもち	

*都合により変更する場合があります。



いろ はな はる ひさ う さ ぼこ なか しんねんど はじ
色とりどりの花が春の日差しを受けて咲き誇る中、いよいよ新年度が始まりました。

がくねん あたら きょうしつ あたら きょうがしょ あたら せんせい きも あたら たの せうじやく か
新しい学年、新しい教室、新しい教科書、新しい先生・・・気持ちまで新しくなりわくわくしてきますね。楽しい給食も8日

いるねんせい いる ぼじ ろくねんせい けいけん い はいぜん じやくじ じかん たの
(1年生は15日)から始まります。2～6年生のみなさんは、今までの経験をいかして配膳をスムーズにし、食事の時間を楽しんでください

いるねんせい ばや せうじやく たの た
1年生のみなさんは、早く給食になれ 楽しく食べられるようにがんばってください。