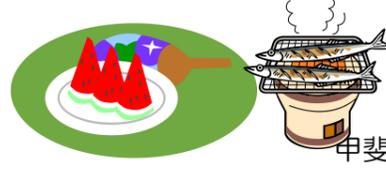




2020年



のこんだてひょう



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	
8/21 (金)	サラダうどん	わかめ ハム たまご ツナ	もやし にんじん きゅうり コーン	マヨネーズ ごま	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	だいずのいそあげ	だいず とりにく あおのり	えだまめ	かたくりこ あぶら さとう	
	こふきいも	あおのり		じゃがいも	
24 (月)	ミックスゼリー			カクテルゼリー いちごゼリー オレンジジュース	
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さばのこうみやき	さば	にんにく しょうが ねぎ	さとう ごま かたくりこ	
25 (火)	トックのあまからいため	さつまげ ぶたにく	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ にんにく しょうが	ごま ごまあぶら さとう	
	マロニーのスープ	とうふ ウインナー	こら しめじ コーン ねぎ たけのこ	マロニー ごまあぶら	
	りんごゼリー			りんごゼリー	
	むぎごはん			こめ むぎ	
26 (水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	チキンカツ	とりにく たまご		こむぎこ パンこ あぶら	
	こぎつねサラダ	あぶらあげ わかめ	キャベツ にんじん きゅうり きくらげ		
	みそけんちんじる	とうふ みそ ぶたにく	こんにゃく ごぼう にんじん だいこん こまつな ねぎ	あぶら	
27 (木)	オレンジ		オレンジ		
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ながいもとあつあげのピリからいため	あつあげ ぶたにく トウモロコシ ジャガイモ テンメツヤ	えりんぎ たけのこ ねぎ	さとう ごまあぶら ながいも	
28 (金)	マロニーのちゅうかあえ	たまご ハム	コーン きゅうり こまつな	ごま マロニー	
	なつやさいのみそしる	みそ	レタス たまねぎ コーン にんじん こまつな スズキーニ		
	にしよくどん	ぶたにく たまご	にんじん しょうが にんにく ごぼう	こめ むぎ あぶら さとう	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
31 (月)	もちいりきんちゃくに	あぶらあげ		さとう もち	
	さつまじる	さつまあげ とうふ みそ	こまつな にんじん たまねぎ ねぎ	さつまいも	
	ショコラムース	ぎゅうにゅう		ショコラムース	
	こどもパン			こどもパン	
9/1 (火)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	やまなしけんさんこうしゅうじどりのチキングラタン	こうしゅうじどり チーズ	たまねぎ えだまめ パセリ マッシュルーム	マカロニ なまクリーム バター ベシャメルソース	※山梨県産 甲州地鶏を 使用してい ます。
	グリーンサラダ	ツナ	キャベツ きゅうり ブロッコリー	ごま イタリアンドレッシング	
	ベジタブルスープ		たまねぎ こまつな にんじん だいこん ブロッコリー	じゃがいも	
むぎごはん			こめ むぎ		
2 (水)	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 こりにく みそ チーズ トウモロコシ ジャガイモ テンメツヤ	たまねぎ しいたけ たけのこ	ごまあぶら さとう	
	きりほしだいこんのパンサンスー	あぶらあげ	きりほしだいこん にんじん きゅうり	はるさめ	
	だんごじる	とりにく たまご なるとう すら	はくさい しいたけ にんじん ねぎ えのきたけ こまつな	しらたまだんご	
7 (月)	オレンジ			オレンジ	
	※甲斐市制16周年記念献立		たまねぎ にんじん たけのこ えんどう	こめ むぎ さとう	※一部統一メ ニュー、統一 食材のため、 漢字表記に なっていると ころがありま す。
	牛ぎゅっとねぎ丼	甲州ワインビーフ	甲斐のぎゅぎゅっとねぎ しらたき		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
キャベツのごまあえ		キャベツ もやし にんじん コーン なばな	さとう ごま		
3 (木)	赤坂とまとのスープ	なるとう とうふ わかめ	しいたけ しめじ にんじん 赤坂とまと		
	甲斐市産梅ジャムカップゼリー			甲斐市産梅ジャムゼリー	
	バターロールパン			バターロールパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
4 (金)	ポークビーンズ	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん あかさかとまと	オリーブオイル	
	カラフルサラダ	ミックスビーンズ	グリーンピース にんにく	じゃがいも さとう	
	ジュリアンヌスープ	とりにく	キャベツ パプリカ えだまめ コーン きゅうり	イタリアンドレッシング	
	ヨーグルト	かまぼこ	セロリー にんじん レタス えのきたけ		
7 (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			
	からあげ	とりにく	にんにく しょうが	かたくりこ あぶら	
	カレーきんぴらごぼう	とりにく だいず	にんじん ごぼう こんにゃく	あぶら さとう	
7 (月)	えのきたけのみそしる	さつまあげ	えだまめ		
	ミルクパン	みそ あぶらあげ	えのきたけ たまねぎ キャベツ こまつな		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ホキのピザやき	ホキ チーズ	たまねぎ ピーマン コーン とまと		
7 (月)	ジャーマンポテト	ベーコン	たまねぎ コーン パセリ	じゃがいも バター	
	ベジタブルスープ	とうふ	レタス えのきたけ たまねぎ こまつな にんじん		
	はらじゆくドック			はらじゆくドック	
	バターロールパン			バターロールパン	
7 (月)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とりにくのトマトに	とりにく	たまねぎ にんじん あかさかとまと にんにく グリーンピース	さとう オリーブオイル	
	モロヘイヤのおひたし		モロヘイヤ キャベツ コーン ねぎ しめじ にんじん こまつな	ごま さとう	
	コーンポタージュ	ぎゅうにゅう スキムミルク	コーン たまねぎ マッシュルーム えだまめ	バター	

8 (火)	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 かたくりこ	
	ちくさあえ	たまご わかめ	キャベツ もやし にんじん きゅうり	さとう ごまあぶら	
	あぶらあげのみそしる	あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ こまつな えのきたけ		
はくとうジュレ			はくとうジュレ		
9 (水)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とうふのつくねやき	とうふ とりにく ひじき	しょうが ねぎ にんじん	パンこ さとう かたくりこ	5年生林間
	やさいのキムチあえ	たまご			
	じゃがいものみそしる	ちくわ	キャベツ にんじん きゅうり	ごまあぶら さとう	
	みそ	にんじん たまねぎ だいこん	じゃがいも		
		しめじ こまつな			
10 (木)	はちみつれもんゼリー			はちみつれもんゼリー	
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	スコッチエッグ	ぶたにく うすらたまご	にんじん たまねぎ にんにく	あぶら さとう	5年生林間
	キャベツのプレゼ	だいず ぎゅうにゅう	しょうが パセリ	パンこ こむぎこ	
オニオンスープ	ベーコン	キャベツ	バター		
	ウイナー	たまねぎ にんじん えのきたけ			
		ほうれんそう			
11 (金)	れいとうパイ		パイ		
	ドライカレー	ぶたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん セロリー	カレー あぶら	
			にんにく しょうが グリーンピース	バター	
			あかさかとまと		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
14 (月)	ミニオムレツ	たまご			
	グリーンサラダ	ツナ	キャベツ きゅうり いんげん	ごま	
	しらたまポンチ		ブロッコリー		
			パイ みかん もも	しらたまだんご いちごゼリー	
				オレンジジュース	
15 (火)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	かんこくふうにくじゃが	ぶたにく テンメンジャン	にんにく しょうが たまねぎ	じゃがいも	
	やさいのかんこくのりあえ	コチュジャン	にんじん こんにゃく いんげん	さとう あぶら	
	キムチスープ	のり	こまつな もやし キャベツ コーン	ごまあぶら	
16 (水)	トックのきなこあえ	ぶたにく みそ	はくさいキムチ こんにゃく ごぼう	ごまあぶら	
			しめじ もやし にんじん ニラ		
	ひやしちゅうか	きなこ		トック さとう	
	ぎゅうにゅう	たまご わかめ	もやし にんじん きゅうり	ごま ちゅうかめん	
	チャーシュー	ぎゅうにゅう			
17 (木)	もすくのさっぱりサラダ	ぶたにく	ねぎ しょうが にんにく	あぶら さとう	
	ミックスゼリー	もすく	キャベツ ねぎ こまつな	ごま さとう	
			しめじ にんじん コーン		
				カクテルゼリー いちごゼリー	
				オレンジジュース	
18 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いかのトマトソースかけ	いか	にんにく しょうが たまねぎ	かたくりこ さとう	
	スモークチキンサラダ	とりにく	セロリー バジル あかさかとまと	あぶら	
	なすとかぼちゃのみそしる	とうふ みそ	キャベツ パプリカ えだまめ		
23 (水)	なすとかぼちゃのみそしる	とうふ みそ	なす かぼちゃ こまつな たまねぎ		
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	あじのごまみそやき	あじ みそ	にんにく しょうが	さとう ごま	
	ぶたにくときりぼしだいこんいため	ぶたにく	きりぼしだいこん にんにく ねぎ	さとう ごまあぶら ごま	
24 (木)	むらくもじる	たまご とうふ	えのきたけ たまねぎ きくらげ	かたくりこ	
	アセロラゼリー		こまつな にんじん		
				アセロラゼリー	
				こめ むぎ	
25 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	やきにく	ぎゅうにゅう			
	ひじきのカレーサラダ	こうしゅうぎゅう	たまねぎ ピーマン キャベツ パプリカ	ごま さとう	※山梨県産 甲州牛を使用しています。
	ちゅうかスープ	みそ トウバンジャン	にんじん にんにく しょうが りんご	あぶら	
	ひじき	えだまめ にんじん きゅうり コーン	ごま さとう		
	とうふ かまぼこ	にんじん たまねぎ こまつな			
30 (水)	あおなごはん	しらすぼし		こめ むぎ ごま	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いかのピリからやき	いか トウバンジャン	にんにく しょうが ねぎ	ごま さとう	
	やさいのいなかに	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく	さとう	
	とうがのみそしる	とりにく とうふ みそ	だいこん いんげん しいたけ		
24 (木)	セルフサンド	ホキ たまご		パンこ あぶら 外カリース	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とりとささみのからしあえ	とりにく	きゅうり にんじん キャベツ コーン	ごま	
	もすくスープ	もすく とうふ	にんじん コーン こまつな ねぎ	ごまあぶら	
	オレンジ		オレンジ		
25 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	マーボーはるさめ	ぶたにく トウバンジャン みそ	にんにく しょうが たけのこ ねぎ	かたくりこ ごまあぶら	
	キャベツのゆかりあえ	テンメンジャン コチュジャン	きくらげ しいたけ ニラ	はるさめ さとう	
	ワンタンスープ	ぶたにく	キャベツ にんじん きゅうり コーン	ごま	
30 (水)	ぶどうゼリー		はくさい にんじん ニラ ねぎ	ごまあぶら	
	スタミナどん	ぶたにく	しいたけ にんにく こまつな	ぶどうゼリー	
				さとう	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ	あぶら	
	ごぼうとこまつなのごまあえ		にんじん たけのこ ねぎ		
わかめととうふのみそしる	わかめ とうふ みそ	こまつな もやし にんじん ごぼう	さとう ごま		
バニラムースのブルーベリーソースかけ	ぎゅうにゅう	ねぎ	ごま		
		ブルーベリー	さとう		

*都合により変更する場合があります。