



のこんだてひょう



甲斐市立竜王東小学校

2024年

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	さいろのしょくひん	備考
		ち・にくになるもの	からだのちゅうしをととのえるもの	ねつ・ちからになるもの	
11/1 (金)	おこのみやきふうトースト	たまご かつおぶし あおのり	キャベツ	しょくパン こむぎこ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	マカロニサラダ	ハム	にんじん きゅうり コーン	カニ ノエッグ マヨネーズ コードレッシング	
	はくさいスープ	とりにく とうふ	はくさい にんじん こまつな ねぎ ニラ	ごまあぶら	
5 (火)	パンフキンプリン	ぎゅうにゅう スキムミルク	かぼちゃ	プリンのもと	
	こどもパン			こどもパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とりにくのオリオリソースやき	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ パセリ にんにく パプリカ	ノンエッグマヨネーズ	
	かいそうサラダ	かいそうミックス	ブロッコリー きゅうり にんじん キャベツ	ごま さとう ごまあぶら	
	あきあじシチュー	ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク	コーン たまねぎ こまつな マッシュルーム にんじん	バター なまクリーム さつまいも クリームスープのもと	
6 (水)	きっかみかん		みかん		
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	あじのカレーふうみあげ	あじ	にんにく しょうが	さとう あぶら ごま かたくりこ	
	きりほしだいこんのピリからいため	ぶたにく	きりほしだいこん にんじん にんにく ニラ エリンギ	ごまあぶら ごま	
7 (木)	かすじ	みそ とうふ	にんじん こんにゃく こまつな ねぎ	さつまいも さげかす	
	りんご		りんご		
	ケチャップライス	ベーコン	たまねぎ にんにく にんじん マッシュルーム グリーンピース コーン	こめ むぎ バター	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ミニオムレツ	たまご			
8 (金)	アイリッシュポテト	ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ コーン	じゃがいも バター	
	にくだんごスープ	ぶたにく とうふ たまご だいす	たまねぎ しょうが にんじん えのきたけ しいたけ はくさい こまつな	ごまあぶら	
	ヨーグルトレーズン			ヨーグルトレーズン	
	いいはのひこんだて				
11 (月)	げんまいごはん			こめ げんまい	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いかのかりんあげ	いか	しょうが	あぶら かたくりこ	学校開放日
	だいすのごもくに	とりにく だいす	れんこん にんじん こんにゃく いんげん	あぶら さとう	
	とうふのみそしる	とうふ みそ	にんじん こまつな ねぎ だいこん		
12 (火)	カミカミグミ			カミカミグミ	
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	オーロラチキン	とりにく みそ	にんじん ピーマン しょうが にんにく	あぶら さとう じゃがいも かたくりこ	
	はくさいのにびたし	あぶらあげ しらすぼし	こまつな にんじん はくさい	マロニー	
	もすくのみそしる	もすく とうふ みそ	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ		
13 (水)	プリンポッキー	ぎゅうにゅう きなこ		プリンのもと ポッキー	
	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			
	さけのしおやき	さけ			
14 (木)	こうやどうふのたまごとし	こうやどうふ たまご	しいたけ グリーンピース	さとう	6年無し
	さつまじる	みそ	こまつな だいこん たまねぎ にんじん	さつまいも	
	くわのはスノーボール		くわのはパウダー	こむぎこ バター グラニューとう ふんとう アーモンドブードル	
	すきやきどん	ワインビーフ	たまねぎ にんじん しらたき たけのこ ねぎ さやえんどう	こめ むぎ さとう	
14 (木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	やはたいものマスタードあえ	ベーコン	きゅうり えだまめ にんじん コーン	やはたいも ノンエッグマヨネーズ コーンドレッシング ごま	
	わかめととうふのみそしる	わかめ とうふ あぶらあげ みそ			
	きっかみかん		みかん		
14 (木)	あかさかまととのスイートブール	たまご ぎゅうにゅう	あかさかまとと レモンかじゅう	ホットケーキミックスこ パン バター さとう	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	キャベツのプレゼ	ベーコン	キャベツ	バター	
	ラビオリスープ		にんにく たまねぎ にんじん セロリー こまつな	ラビオリ	
ゼリーボンチ			ナタデココ オレンジジュース カクテルゼリー イチゴゼリー		

15 (金)	ワインビーフのドライカレー	ワインビーフ だいす チーズ	たまねぎ にんじん あかさかとまと にんにく しょうが	こめ むぎ バター カレールー	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	たまごとブロッコリーのサラダ	たまご	ブロッコリー きゅうり にんじん キャベツ えだまめ	ノンエッグマヨネーズ コンドレッシング	
	レタスのスープ		レタス だいこん たまねぎ こまつな にんじん		
	りんご	りんご			
18 (月)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう ミルメーク	ぎゅうにゅう		ミルメークキャラメル	
	まつかぜやき	ふたにく とりにく みそ たまご	ねぎ しょうが	パンこ ごま さとう	
	ひじきのごもくに	ひじき あぶらあげ さつまあげ だいす	にんじん しいたけ こんにゃく いんげん	さとう あぶら	
	かぶのみそしる	あぶらあげ みそ	かぶ こまつな にんじん えのきたけ		
	カップでヤクルト	カップでヤクルト			
19 (火)	ファルファッレのミートソースあえ	ふたにく だいす チーズ	あかさかとまと たまねぎ セロリー にんじん しめじ コーン にんにく パセリ	パスタ オリーブオイル	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ポトフ	ウインナー	にんじん こまつな たまねぎ パセリ	じゃがいも	食育の日
	ピサンゴレン	ぎゅうにゅう	バナナ	ホットケーキミックスこ あぶら はちみつ グラニューとう	
21 (木)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	メンチカツ	ふたにく とうふ たまご スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ	パンこ あぶら はくりきこ さとう	
	きりぼしだいこんのパンサンスー	あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん きゅうり	はるさめ ごま	
	あおなのみそしる	あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ こまつな にんじん		
	みかん		みかん		
22 (金)	*わしよのひごんで*				
	もちむぎごはん			こめ もちむぎ	
	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	さとう	5年無し
	ちくぜんに	とりにく	ごぼう こんにゃく にんじん たけのこ しいたけ いんげん	さとう あぶら	
	すましじる	とうふ わかめ たまご	こまつな にんじん		
	りんご	りんご			
25 (月)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	にくじゃが	ふたにく	にんじん たまねぎ えだまめ しらたき いんげん	じゃがいも あぶら さとう	
	チンゲンサイのキムチいため	あつあげ みそ	にんじん たまねぎ はくさいキムチ チンゲンサイ	さとう ごま ごまぶら	
	なめこのみそしる	わかめ みそ	なめこ こまつな		
	ヨーグルト	ヨーグルト			
26 (火)	きなこあげパン	きなこ		コッパン さとう あぶら	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	パブリカサラダ	とりにく	だいこん パブリカ きゅうり もやし レモンかじゅう	あぶら さとう	
	ワンタンスープ	あさり ふたにく なると	はくさい にんじん ニラ しいたけ ねぎ コーン にんにく	ごまあぶら ワンタン	
	こくとうビーンズ	だいす		こくとう	
27 (水)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ポークチャップ	ふたにく	たまねぎ パブリカ にんにく しょうが あかさかとまと	あぶら	
	ブロッコリーとチーズのサラダ	チーズ	ブロッコリー パブリカ コーン きゅうり キャベツ	ごまドレッシング	
	むらくもじる	たまご	えのきたけ たまねぎ きくらげ チンゲンサイ	かたくりこ	
	はちみつれもんゼリー			はちみつれもんゼリー	
28 (木)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	あかうおのごまみそかけ	あかうお みそ	にんにく しょうが	さとう あぶら かたくりこ ごま	
	こまつなとかんぴょうのごまあえ		こまつな にんじん もやし コーン かんぴょう	さとう ごま	
	さわにわん	ふたにく あぶらあげ	ごぼう こんにゃく にんじん しいたけ だいこん ねぎ	かたくりこ あぶら	
	しんげんゼリー	きなこ		とうにゅうゼリー くらみつ	
29 (金)	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			
	ハーフチキン	とりにく	パセリ オレガノ タイム		
	ひじきのマリネ	ひじき ハム	にんじん キャベツ きゅうり コーン	あぶら さとう	
	クラムチャウダー	あさり いか ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん たまねぎ パセリ	じゃがいも バター ベシャメルソース	
	シュワシュワゼリー		パイン みかん	カナルゼリー ぶどうゼリー サイダー	

※献立は都合により変更する場合があります。