

8.9月

学校給食こんだてひょう

令和4年度 竜王北小学校

ひ ようび	こんだてめい		り ん ご う は	あかのなかま	きいろのなかま	みどいのなかま	メモ
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしよくひん	ねつやちからの もとななるしよくひん	からだのちようしを ととのえるしよくひん	
8月 30 火	にくみそ ①	ワカメスープ②	ぎゅうにゅう	ひやむぎ			
		ひややっこ③	① たまご ぶたにく とりにく みそ	トウバンジャン ごまあぶら	きゅうり ネギ		
		がりがりくん④	② ワカメ とりにく かまぼこ	ごまあぶら	キャベツ にんじん		
			③ とうふ かつおぶし		ネギ		
31 水	むぎこはん	おみそしる①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			9がつ1にちは かいしの18かいめ のたんじょうび
		サバチーズフライ②	① にほし みそ		なめこ しめじ エノキ にんじん こまつな		
		カミカミサラダ③	② サバ たまご チーズ	こむぎこ パンこ つぶマス タード ケチャップ			
9月 1 木	むぎこはん	キャベツスープ①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			
		ワインビーフハンバーグ②	① とりにく		しめじ キャベツ にんじん		
		あかさかトマトソース③	② ぎゅうにく ぶたにく たまご ぎゅうにゅう チーズ	パンこ	たまねぎ にんじん		
		マスタードサラダ④	③	ケチャップ	トマト ハーブ バジル		
		うめジャムゼリー⑤	④ ハム	つぶマスタード オリーブオイル	ピーマン カリフラワー ブロッコリー きゅうり		
2 金	むぎこはん	おみそしる①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			
		とうがんそぼろに②	① にほし みそ ワカメ あぶらあげ とうふ		にんじん キャベツ		
		マヨポンサラダ③	② ぶたにく とりにく ちくわ えだまめ	かたくりこ	たまねぎ とうがん にんじん		
5 月	むぎこはん	にらたまスープ①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			
		なつやさいマーボー②	① たまご とりにく	かたくりこ	しめじ エノキ ニラ にんじん		
		ちゅうかサラダ③	② ぶたにく みそ	ごまあぶら トウバンジャン かたくりこ	ネギ ほししいだけ たけのこ なす トマト スッキーニ ピーマン		
		れいとうみかん④	③ ハム	ごまあぶら ごま	キャベツ こまつな にんじん きゅうり		
6 火	くしあーじゅー ①	もずくスープ②	ぎゅうにゅう	こめ もちごめ			9月1日甲斐市市制 18周年です。甲斐 市の特産物を使用 した甲斐市統一で 甲州ワインビーフ と赤坂とまどを 使用した献立です。
		とうふチャンプルー③	① とりにく かまぼこ ひじき あぶらあげ えだまめ	ごまあぶら	しいだけ にんじん		
		ゴーヤサラダ④	② いとかまぼこ もずく		エノキ にんじん きょうな		
			③ ぶたにく とうふ たまご かつおぶし	マヨネーズ ごまあぶら	たまねぎ ニラ もやし		
7 水	ひやうどん ①	ちくわのいそべあげ②	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			甲州ワインビーフ →ワインを搾って 残ったぶどうカス をえさにした牛 肉。甘みがあるの が特徴です。
		うめささみサラダ③	① あぶらあげ かまぼこ ワカメ		にんじん ネギ		
		なし④	② ちくわ あおのり	てんぷらこ かたくりこ	きゅうり にんじん キャベツ ほうれんそう		
			③ とりにく	ごま ごまあぶら うめ	なし		
8 木	むぎこはん	かみなりしる①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			赤坂とまど→ドラ ゴンパークの近く で水耕栽培されて いるミニトマトで す。
		とりにくのみそづけ②	① とうふ ぶたにく にほし	こんにやく	ネギ にんじん しょうが ゴボウ		
		わふうサラダ③	② とりにく みそ	はちみつ ごまあぶら トウバンジャン	にんにく しょうが		
9 金	むぎこはん	たけのこスープ①	ぎゅうにゅう	こめ むぎ			梅ジャム→敷島地 区、梅の里の小梅 ジャムです。梅は 疲労回復、整腸殺 菌などの効果があ ります。
		あつあげのキムチいため②	① なると とりにく		キャベツ チンゲンサイ たけのこ		
		はるさめサラダ③	② ぶたにく あつあげ		はくさい(キムチ) ネギ にんじん		
12 月	ラ タ トゥ イ ユ ①	やさいスープ②	ぎゅうにゅう	スパゲティ			梅ジャム→敷島地 区、梅の里の小梅 ジャムです。梅は 疲労回復、整腸殺 菌などの効果があ ります。
		コールスロー③	① とりにく	オリーブオイル	なす スッキーニ ピーマン たまねぎ トマト		
		てづくりアップルパイ④	② ベーコン		ブロッコリー カリフラワー にんじん ほうれんそう セロリ		
			③ ツナ	ノンエッグマヨネーズ	キャベツ コーン きゅうり ピーマン		
			④ たまご ぎゅうにゅう パター	パイシート	りんご(かこうひん)		

☆都合により献立の変更もあります。ご了承ください。



ひ ようび	こんだてめい		り ん ご う ほ	あかのなかま	きいろのなかま	みどいのなかま	メモ
	主食	副食		ちやくやほねを つくるしょくひん	ねつやちからの もとなるしょくひん	からだのちようしを ととのえるしょくひん	
13 火	ゆ かり はん ①	かしわじる② さわらなんぶやき③ いそかあえ④ オレンジ⑤		ぎゅうにゅう ① ② とうふ にぼし みそ とり にく ③ さわら ④ ちくわ のり ⑤	こめ むぎ こんにゃく ごま かたくりこ ごまあぶら	ゆかり なめこ ネギ にんじん にんじん だいずもやし ほうれんそう コーン オレンジ	
14 水	も ち む ぎ はん	おみそしる① ダージーパイ② かんでんサラダ③		ぎゅうにゅう ① あぶらあげ にぼし みそ ② とりにく ③ いとかまほこ かんでん	こめ もちむぎ かたくりこ しょうしんこ カレー ごまあぶら	ほうれんそう にんじん だいこん とうがらし きゅうり キャベツ	ダージーパイはザクツとしたしょっかんの、たいわんからあげです
15 木	ト メ ロ ス ト パ ン ①	コーンスープ② ひじきのマリネ③ ヨーグルト④		ぎゅうにゅう ① バター たまご ② とりにく ③ ひじき ベーコン ④ ヨーグルト	パン こむぎこ オリーブオイル	コーン にんじん たまねぎ ほうれんそう ピーマン にんじん きゅうり キャベツ いちご (かこうひん)	サクサククッキーをのせてやいた、メロンパントースト
20 火	ラ ー ひ メ ヤ ン シ ①	ショウロンボウ② にたまご③ みたらしだんご④		ぎゅうにゅう ① とりにく のり ② ぶたにく たまご ③ たまご ④	ラーメン ショウロンボウかわ しらたまだんご かたくりこ ごま	にんじん きゅうり コーン ネギ ネギ しょうが	しらたまに、みたらしあんをとろりとまぶしたてづくりデザートです。
21 水	む ぎ こ は ん	なすのおみそしる① マグロオーロラソース② おかかあえ③		ぎゅうにゅう ① ウカメ あぶらあげ にぼし みそ ② まぐろ こおりとうふ ③ ハム かつおぶし	こめ むぎ かたくりこ ごま ケチャッ プ	ネギ なす もやし ほうれんそう こまつな	
22 木	カ ピ レ ー フ チ キ ン ①	ソーセージスープ② シーザーサラダ③ きらきらパンチ④		ぎゅうにゅう ① とりにく バター ② ウインナー ③ チーズ ベーコン ④ ぎゅうにゅう	こめ むぎ カレールウ ケチャップ ドレッシング クルトン ゼリー サイダー あんにん どうふ	たまねぎ ピーマン コーン ほうれんそう しめじ エノキ たまねぎ にん じん にんじん キャベツ フロccoliリー カリフラ ワー みかん おうとう ナタデココ	キャベツにはビタミンCがいっぱいです
26 月	む ぎ こ は ん	おみそしる① イカのスパイシーあげ② つるしゃきあえ③		ぎゅうにゅう ① にぼし みそ ② イカ ③ いとかまほこ もずく	こめ むぎ からあげこ カレーこ ごま あぶら かたくりこ しらたき ごまあぶら	しめじ エノキ ネギ こまつな にんじん きゅうり にんじん	
27 火	む ぎ こ は ん	けんちんじる① あまだいのさいきょうづけ② ゴボウサラダ③ てづくりももゼリー④		ぎゅうにゅう ① にぼし ぶたにく ② あまだい さいきょうみそ ③ ハム ④	こめ むぎ こんにゃく じゃがいも ドレッシング (乳玉子なし) グールゼリーのもも もも ジュース	だいこん にんじん ネギ しいたけ ゴボウ にんじん きゅうり おうとう (かこうひん)	こうきゅうぎよあまだいのかずづけです
28 水	む ぎ こ は ん	なめこのおみそしる① とんてきふう② とうふのひじきに③		ぎゅうにゅう ① あぶらあげ にぼし みそ ② ぶたにく ③ とうふ ひじき さつまあげ とりにく	こめ むぎ	しめじ エノキ ネギ なめこ キャベツ たまねぎ しょうが ピーマン いんげん	
29 木	タ コ ラ イ ス ①	サルサソース② コンソメスープ③ りんご④		ぎゅうにゅう ① ぶたにく ② チーズ ③ ウインナー ④	こめ むぎ カレーこ がきあぶら ケ チャップ ケチャップ タバスコ じゃがいも	たまねぎ ナツメグ クミン キャベツ トマト たまねぎ レモン パセリ にんじん たまねぎ りんご	おきなわのきゅうどりょうりタコライス
30 金	う ん ご う か ①	いももちじる② シュークリーム③		ぎゅうにゅう ① ぶたにく たまご ② とりにく あぶらあげ ③ たまご バター ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごま コチュジャン パンこ いももち さとう こむぎこ	キャベツ にんじん きゅうり ゴボウ だいこん にんじん ネギ しいたけ	