



# 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	ごはん	こんだてめい		り ん ご う ば	あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	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	
1 水	○	むぎごはん	ちゅうかコーンスープ① エビチリ② マヨポンサラダ③		ぎゅうにゅう ① とりにく ② なまあげ エビ たまご ③ ハム	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ ごま	にんじん チンゲンサイ ネギ コーン ブロッコリー ネギ だいずちやし こまつな にんじん きゅうり	
2 木	○	ミートパン①	やさいスープ② スモークチキンサラダ③ フルーチェ④		ぎゅうにゅう ① ぶたにく とりにく なまク リーム チーズ ② とりにく ③ ④ ぎゅうにゅう ヨーグルト	しよくばん じゃがいも オリーブオイル フルーチェのもと	にんじん たまねぎ しょうが トマト パセリ にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん ブロッコリー きゅうり レモン アップルソース いちご	新作！ミートソー スとチーズがか かったミートパン ♪
3 金	○	ひなまつり ちらしずし①	すましじる② にびたし③ ひしもち④		ぎゅうにゅう ① こんぶ たまご エビ あぶ らあげ ② かつおぶし あざり かまぼ こ ③ かつおぶし ちくわ ④ ぎゅうひ	こめ  さとう	にんじん ほししいたけ れんこん さやえんどう こまつな みつば キャベツ なのはな にんじん きょうな	ひなまつり給食
6 月	○	むぎごはん	おみそしる① てづくりヒレカツ② ゴボウサラダ③		ぎゅうにゅう ① にぼし ワカメ みそ ② ぶたにく たまご ③ ハム	こめ むぎ ごま こむぎこ ばんこ ノンエッグマヨネーズ	にんじん キャベツ しめじ ネギ にんにく しょうが ゴボウ にんじん きゅうり	手作りヒレカツ
7 火	○	ナポリタン①	パンプキンスープ② ハムサラダ③ きなこシルキーコッタ④		ぎゅうにゅう ① チーズ ソーセージ バター ② とりにく ひよこまめ きゅ うにゅう なまクリーム ③ ハム ④ ぎゅうにゅう なまクリーム きなこ	スパゲティ オリーブオイル ドレッシング (にゅうたまご ふししょう) シルキーコッタのもと さと う	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム かぼちゃ パセリ たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ ブロッコリー	
8 水	○	バター ライス①	ホワイトシチュー② マスタードサラダ③ シュークリーム④		ぎゅうにゅう ① バター ② バター チーズ なまクリー ム ぎゅうにゅう とりにく ③ ハム ④ バター たまご なまクリー ム ぎゅうにゅう	こめ むぎ じゃがいも ホワイトルウ オリーブオイル こむぎこ	パセリ たまねぎ にんじん しめじ コーン エリンギ ピーマン ブロッコリー キャベツ マスタード	
9 木	○	か ごわ はん ワカ メ①	けんちんじる② あかうおしょうゆづけ③ はりはりづけ④ デコボン⑤		ぎゅうにゅう ① わかめごはんのもと えだま め やきぶた たまご ② にぼし ぶたにく ③ あかうお ④ ⑤	こめ むぎ ごまあぶら じゃがいも こんにやく ごまあぶら ごま	ネギ にんじん だいこん ほししいたけ だいずちやし きゅうり だいこん (つけもの) にんじん デコボン	ボリューム満点 焼き豚が入った ワカメごはん
10 金	○	げん まい	もずくスープ① てづくりゴボウメンチ② ホタテサラダ③		ぎゅうにゅう ① もずく とうふ いたかまほ こ (にゅうたまごふししょう) ② ぶたにく たまご ③ ホタテ ハム	こめ はつがげんまい ごまあぶら ばんこ ドレッシング (にゅうたまご ふししょう)	エノキ にんじん たまねぎ きょうな ゴボウ たまねぎ だいこん にんじん きゅうり	サクサクの手作り メンチカツ
13 月	○	タン メン①	こんさいあげに② ダイコンサラダ③ ワッフル④		ぎゅうにゅう ① ぶたにく ② とりにく ③ いとがまほこ (にゅうたまご ふししょう) のり かつおぶ し たまご ぎゅうにゅう なま クリーム ④	らーめんめん ごまあぶら しおこうじ さつまいも かたくりこ ごま ごまあぶら こむぎこ	ちやし ニら はくさい にんじん ネギ れんこん にんじん だいこん にんじん きゅうり くり	野菜たっぷり タンメン

☆たまご供給不足の為、献立の変更がある場合がございます。ご了承おきください。

