



# 献立予定表

2022年 甲斐市立喜王西小学校

日 (曜日)	牛乳	献立名		料理 番号	血や肉になる 赤の食品	熱や力になる 黄色の食品	2022年 甲斐市立喜王西小学校 体の調子を整える 緑の食品		備考
		主食	副食						
(水)	○	シュガー トースト ①	シヤードンポチト にくだんごスーズ ② ふじさんゼリー ④	①	きゅうりにゅう	じゃくパン マーガリン クラニューとろ	たまねぎ	しいたけ じゃんじん ねぎ はくさい	きゅうりから きゅうりしゅが はじまります。 ④ みかん
				②	ハーコソ	じゃがいも パター	しいたけ じゃんじん ねぎ		
				③	にくだんご	コーあぶら	しいたけ じゃんじん ねぎ		
				④		ふじさんゼリー			
(木)	○	むぎごはん ①	だいすいゆハンバーグ ② マヨネーズサラダ ③ とろろわかめのみそしる みかん ⑤	①	だんご たいす チーズ マヨネーズ きゅうりにゅう	さとう パンこ	たまねぎ じゃんじん	食卓の前の手洗いや シカ行いませう うい ①	
				②	マヨ	ソニックマヨネーズ	じゃんじん		
				③	わかめ ハム	コー さとう マヨあぶら	たまねぎ じゃんじん ねぎ はるさめ		
				④	とろろ わかめ	さとう マヨネーズ	たまねぎ じゃんじん ねぎ		
(金)		むぎごはん ①	アジのカレーマヨやき ② わかめとキャベツのサラダ さといものみそしる ④ オレソシ ⑤	①	きゅうりにゅう	こめ むぎ	しょうが	規則正しい 食生活！ ①	
				②	アジ	ソニックマヨネーズ	じゃんじん		
				③	わかめ ハム	コー さとう マヨあぶら	たまねぎ じゃんじん ねぎ じゃんじん		
				④	とろろ わかめ	さとう マヨネーズ	たまねぎ じゃんじん ねぎ		
(月)	○	カレーうどん ①	ちくわのいそへあげ ② カミカミサラダ ③ はちみつシモンゼリー ④	①	だんごにゅう	うどん あぶら	グリーンピース たまねぎ じゃんじん	3年2組 希望献立	
				②	ちくわ あおのり	ごむぎこ あぶら	しょうが		
				③	イカくんせい	コー あじとレトルトソウダ	じゃんじん きゅうり だいごん		
				④		ゼリーのもと はちみつ	シモンカじゅう		
(水)	○	わかめごはん ①	まつかせやき ② はるさめサラダ ③ コーンスーズ ④ カリカリくん ⑤	①	きゅうりにゅう	わかめごはんのもと	たまねぎ ねぎ しいたけ じゃんじん	4年1組 希望献立	
				②	だんごにゅう	さとう パンこ コー	しょうが		
				③	だんご	さとう コー マヨあぶら	じゃんじん きゅうり はるさめ		
				④	だんご	さとう コー	じゃんじん		
(木)	○	ドライカレー (ごはん) ①	ドライカレー(☆) ② やさしいかまぼこのサラダ ③ フルーツヨーグルトあえ ④	①	きゅうりにゅう	こめ むぎ パター	じゃんじん たまねぎ ピーマン	何でも食べて元気な 体をつくらう！ ①	
				②	だんごにゅう	じゃんじん	じゃんじん たまねぎ		
				③	かまぼこ	さとう あぶら	じゃんじん たまねぎ		
				④	ヨーグルト なまくりーム	さとう	じゃんじん たまねぎ		
(金)	○	とろゆし ①	やささかな(シヤケ) ② ひじきのにも ③ すましじる ④	①	きゅうりにゅう	こめ むぎ あぶら	じゃんじん しいたけ	24日～28日まで給 食週間を行います。各 地の郷土料理や地元 の特産物を使った料 理があります。 お楽しみに！	
				②	だんごにゅう	さとう じゃんじん	じゃんじん		
				③	だんご	さとう じゃんじん	じゃんじん		
				④	わかめ	あぶら	じゃんじん		
(月)	○	ほうとう ①	さかなのシモンズアかけ ② わかめととりにくのあえもの③ フルーツ ④	①	きゅうりにゅう	さといも ほうとう	しいたけ じゃんじん ねぎ かぼちゃ	24日～28日まで給 食週間を行います。各 地の郷土料理や地元 の特産物を使った料 理があります。 お楽しみに！	
				②	さわら	かたくりこ あぶら	シモンカじゅう		
				③	わかめ とりにく	さとう あぶら	コーン フロッコリー きゅうり		
				④	きゅうりにゅう	フルーツのちと			
(火)	○	げんまいいり ごはん ①	とりにくのうめシヤムやき ② やさしいチーズ ③ さつまいものみそしる ④ ほんかん ⑤	①	きゅうりにゅう	こめ むぎ	しょうが じゃんじん	24日～28日まで給 食週間を行います。各 地の郷土料理や地元 の特産物を使った料 理があります。 お楽しみに！	
				②	とりにく	うめシヤム	じゃんじん キャベツ		
				③	だんごにゅう	あぶら	じゃんじん キャベツ		
				④	とろろ	さつまいも	じゃんじん		
(水)		むぎごはん ①	ライオンビーフハンバーグ ② にくとやさしいしょうがいため③ じゃがいものみそしる ④ フルーツバーゼリー ⑤	①	きゅうりにゅう	こめ むぎ	たまねぎ	5・6年 ズキ一教室	
				②	ライオンビーフハンバーグ	パンこ さとう	しいたけ じゃんじん ねぎ		
				③	だんごにゅう	あぶら	じゃんじん じゃんじん		
				④	とろろ	じゃがいも	じゃんじん じゃんじん		

材料に都合により献立が変更される場合があります。

献立は裏面に掲載します。

# 1月

# 献立予定表

2022年 甲斐市立竜王西小学校

日 (曜日)	牛乳	主食	献立名		料理 番号	血や肉になる 赤の食品		熱や力になる 黄色の食品		体の調子を整える 緑の食品		備考	
			献立	副食		赤の食品	黄色の食品	緑の食品	緑の食品				
28 (金)	○	おぎこはん ①	かつかリー ツナサラダ ④ みかん	②	①	きゅうにゅう	こめ	おぎ	にんじん	たまねぎ	すりりんご		
					②	ぶじさくらホー ク	あぶら	じゃがいも	にんにく	しょうが			
					③	ツナ	えだまめ	さとう	あぶら	キャベツ	きゅうり		にんじん
					④					みかん			
31 (月)	○	しょうゆ ラーメン ①	とりのてりやき ② やさいのゴリラヨサラダ ③ ちちまん ④	②	①	ぶたにく	なると	ラーメン	ほうれんそう	ねぎ	コーン	にんじん	
					②	とりにく	さとう	かたくりこ	れんこん	きゅうり			
					③	ツナ	ゴリエツガヨネース	キャベツ	キャベツ				
					④		ちちまん						