

100 献立予定表

2023年 甲斐市立竜王西小学校

ひ り び 乳	ごはん 副食		ちゅうやほねになる あかのなかな ぎゅうにゅう		ねつちからのもとになる さいころなかな きいろのなかな		からだのちようしをととのえる みどりのなかな		備考	
	主 食	副 食	①	②	①	②	①	②		
(木)	12 ○ チキンライス ①	スライスパテト ② かいそうサラダ ③ はくさいのヌーヅ ④ みかん ⑤	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	① どりーく ② ハム かいそう ③ ミックス ④ ベーコン	⑤ みかん	きょうから きょうしよか ほじまいます。
(金)	13 ○ ドライカレー (ごはん) ①	ドライカレー (ぐ) ② やさいとまほこのサラダ ③ ゆじさんせりー ④	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく ③ かまぼこ ④ ぎゅうにゅう	行事の前の手紙も 行いましょう！！ しっかい	
(月)	16 ○ みそラーメン ①	ラーメン ② かいそうとちやしちゅうかサラダ ③ てづくりぶどうせりー ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	① ぶたにく ② フライポテト ③ ハム かいそうミックス ④	11月 11日 11時 11分 11秒	
(水)	17 ○ ツチコーン ピラフ ①	さかなのガーリックやき ② わかめとベーコンのコンソメヌーヅ ソフール ④	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	① ツチ ② あじ チーズ ③ ベーコン わかめ ④ ソフール	健康な 食生活！！	
(水)	18 ○ ココアあげ パン ①	はるさめのサラダ ② ミネアトロネ ③ シヨコシヨコソフールツポンチ ④	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	① ハム たまご ② チーズ ベーコン ③	3年生 希望献立	
(木)	19 ○ ピピンパ ①	はるまき ② もすくヌーヅ ③ オレソジ ④	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	① ぎゅうにゅう ② ぶたにく のり ③ たまご ④ かまぼこ もすく ちゅうぶ	何でも食べて元気な 体をつくらう！！	
(金)	20 ○ わかめごはん ①	まつかぜやき ② だいたいのきんぴら ③ じやかいとあぶらあげのみそしる ④	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	① どりーく ② ぶたにく ちゅうぶ ③ どりーく ④ わかめ あぶらあげ	手洗いや うがい しましょう	
(月)	23 ○ ほうとう ①	さかなのシモソニスかけ ② わかめとどりーくのあえもの ソフールチエ ④	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	① ぶたにく ② さわら ③ わかめ どりーく ④ ぎゅうにゅう	23日～30日まで 給食週刊に在りませう。 各地の郷土料理や 地元の特産物を 使った料理がたまご。 お楽しみに！！	
(水)	24 ○ アメリカン ビーフライス ①	ハムソリス ② わかめヌーヅ ③ はちみつシモンセリー ④	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ	① ぎゅうにゅう ② コーンスープ ③ ハム ④ わかめ		
(水)	25 ○ ごはんもち ①	ごちくうどん ② ごぼうとハムのサラダ ③ ぼんかん ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④	① ぶたにく ② ぶたにく かまぼこ あぶらあげ ③ ハム ④		
(木)	26 ○ とりめし ①	やきざかな ② ひじきのにも ③ なめこのみそしる ④	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ	① ぎゅうにゅう ② しんげんとり ③ さけ ④ ひじき ちくわ あぶらあげ たいす ちゅうぶ あぶらあげ		
(金)	27 ○ ゆかりごはん ①	とりーくのうめシヤムやき ② あつあげのみそいため ③ わかめとかまぼこのすましじる ④	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	① ぎゅうにゅう ② どりーく ③ あつあげ ④ うしサケラポー わかめ かまぼこ	5・6年 スキーク教室	

材料に都合により献立が変更される場合があります。

献立は裏面に載せてあります。

1月 献立予定表

2023年 甲斐市立竜王西小学校

日 牛 乳	主 食	ごはん		おかわり		備 考
		主 食	副 食	おかわり	おかわり	
30 ○ (月)	ミート やきそば ①	わらうカラフルサラダ ② きのこスープ ③ チーズ ④	ちやくやまねになる	ねつやちからのもとになる	からだのちようしをととのえる	
			さゆうにゆう ④	チーズ	キヤベツ ビーコン ちやし にんじん にんにく たまねぎ	
			フジダカラポーク	あぶら	キヤベツ コーン パプリカ	
			リンけんどり	ちゆうかめん	チロツクリ	
			ホタテみずに	さとう あぶら	しめじ えのきだけ にんじん ごまつな たまねぎ ごまつな	
31 ○ (月)	<3/ペ> ①	ワカロニグラタン ② かんでんサラダ ③ コーンとほうれんそうのスープ ④ ゼリーいりヨーグルトポンチ ⑤	さゆうにゆう	<3/ペ>	たまねぎ ヨシヨシルー ム にんにく	
			①			
			②	さゆうにゆう	たまねぎ ヨシヨシルー ム にんにく	
			③	かまぼこ かんでん	さとう あぶら	
			④	ウインナー		
⑤	ヨーグルト	たまねぎ ヨシヨシルー ム にんにく				



材料の都合により献立が変更する場合があります。