

日	曜	献立	血や肉、骨になる 赤色の食品	体の調子を整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品	E P F	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	
7	金	<b>入学式、始業式</b>						
		<b>しんきゅうおいおい・おはなみこんだて</b>						
10	月	さくらちらしずし 牛乳 とりにくとやさいのてりあえ こうはくすましじる おいおいゼリー	牛乳 たまご焼き かまぼこ 鶏肉 ふかし 絹ごし豆腐	にんじん 干しいたけ きゅうり れんこん たけのこ水煮 たまねぎ 赤ピーマン ピーマン しょうが ●生しいたけ こまつな	桜すし飯 砂糖 片栗粉 油 お祝いゼリー	E 626 P 25.0 F 17.0		
11	火	ミルクしよくパン チョコクリーム 牛乳 なのはなクリームパスタ ポークビーンズ	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆ペースト	にんにく たまねぎ エリンギ 菜の花 にんじん トマト(缶)	ミルク食パン チョコクリーム スパゲティ 油 小麦粉 バター 砂糖 生クリーム じゃがいも 白いんげん豆ピューレ	E 721 P 28.0 F 29.0		
12	水	ごはん 牛乳 ぶたにくのあまからあげ ひじきのサラダ かきたまじる	牛乳 豚肉 ひじき 鶏卵 まぐろフレーク かまぼこ	しょうが コーン 赤ピーマン ●キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん しめじ こまつな	白飯 片栗粉 砂糖 ごま 油	E 688 P 28.0 F 25.0		
13	木	ごはん 牛乳 ポークシューマイ きゅうりのピリから はっぼうさい	牛乳 ポークシューマイ 豚肉 いか えび あさり うずら卵	きゅうり にんじん もやし にんにく しょうが たまねぎ ●キャベツ 干しいたけ ピーマン	白飯 ごま油 砂糖 油 片栗粉	E 652 P 27.0 F 20.0		
14	金	くろまいごはん 牛乳 てりやきハンバーグ スナップえんどうのポテトサラダ とうふとわかめのみそする おいおいゼリー (1年生のみ)	牛乳 ハンバーグ ハム 絹ごし豆腐 わかめ みそ 大豆ペースト	しょうが スナップエンドウ たまねぎ えのきたけ にんじん	●黒米ごはん 砂糖 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ お祝いゼリー(1年生のみ)	E 636 P 22.0 F 20.0		
17	月	ごはん 牛乳 ちくさやき ゆかりあえ けんちんうどん	牛乳 鶏肉 鶏卵 豚肉 うす揚げ 野菜わかめふりかけ	たけのこ水煮 にんじん ●生しいたけ みつば ●キャベツ きゅうり もやし だいこん ごぼう しめじ ねぎ	白飯 油 砂糖 うどん ごま油	E 639 P 28.0 F 20.0		
18	火	きなこあげパン 牛乳 コーンサラダ こめこのクラムチャウダー	牛乳 きなこ あさり 鶏肉	赤ピーマン コーン きゅうり ●キャベツ たまねぎ にんじん しめじ セロリ	コッペパン 砂糖 油 じゃがいも 白いんげん豆ピューレ 米粉 バター 生クリーム	E 606 P 23.0 F 23.0		
19	水	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ えどっこに とうふしらたまだんごじる	牛乳 ちくわ 青のり 大豆 牛肉 高野豆腐 昆布 絹ごし豆腐 鶏肉 みそ	たけのこ水煮 にんじん つきこんにやく たまねぎ ●生しいたけ こまつな ねぎ	白飯 小麦粉 米粉 油 砂糖 白玉粉	E 702 P 29.0 F 19.0		
20	木	ごはん 牛乳 さけのさいきょうやき ひじきのツナいため じゃがいものみそする	牛乳 さけ みそ 白みそ ひじき まぐろフレーク うす揚げ わかめ みそ 大豆ペースト	つきこんにやく にんじん いんげん たまねぎ えのきたけ こまつな	白飯 油 砂糖 ごま じゃがいも	E 610 P 28.0 F 16.0		
21	金	むぎごはん 牛乳 チキンカレー フルーツヨーグルト	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト(缶) パイン(缶) みかん(缶) もも(缶)	麦飯 じゃがいも 油 小麦粉 バター カレールウ 砂糖 野菜入りかく切りゼリー	E 730 P 20.0 F 19.0		
24	月	ごはん 牛乳 はたはたのちゅうかあげ そくせきづけ やさいたつぶりたまごとし	牛乳 はたはた しお昆布 鶏肉 かまぼこ 鶏卵	●キャベツ きゅうり にんじん たくあん たまねぎ たけのこ水煮 もやし 干しいたけ	白飯 小麦粉 ごま 油 くるま麩 砂糖	E 625 P 27.0 F 18.0		
25	火	ミルクロール 牛乳 ラザニア はるキャベツのポトフ ヨーグルト	牛乳 豚肉 鶏肉 チーズ フランクフルト ヨーグルト	にんにく たまねぎ にんじん トマト(缶) パセリ だいこん ●キャベツ いんげん	ミルクロール パスタ 油 小麦粉 バター パン粉 オリーブ油	E 704 P 33.0 F 24.0		
26	水	たけのこごはん 牛乳 だいちとえびのごまからめ とうにゅうめったじる	牛乳 うす揚げ 大豆 えび 昆布 豚肉 あつ揚げ みそ 豆乳	たけのこ にんじん たまねぎ ねぎ	さくら飯 砂糖 片栗粉 油 ごま じゃがいも	E 678 P 27.0 F 25.0		
27	木	ごはん 牛乳 とりにくのチリソース こうやどうふのオイスターいため ちゅうかふうコーンスープ	牛乳 鶏肉 高野豆腐 豚肉 絹ごし豆腐 鶏卵 わかめ	にんにく しょうが たまねぎ ピーマン 赤ピーマン エリンギ コーン しめじ	白飯 片栗粉 油 砂糖	E 699 P 30.0 F 25.0		
28	金	<b>遠足</b>						

※都合により献立の内容を変更する場合があります。

●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター

**お知らせ**

・給食費は1食257円です

・長期欠席(5日以上連続)で給食を停止する場合は、3日前までに担任に申し出、変更届けをご提出ください。