




























































※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。






















食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	18.4~41.5g	18.4~27.7g

こ ん だ て	<p>★給食欠食予定★</p> <p>小学校 7日(水) 全学年欠食 8日(水)~14日(水) 小1欠食 30日(金) 全学年欠食</p> <p>中学校 7日(水)~8日(木) 中1欠食 30日(金) 中1・2欠食</p> 	<p>7(水) 中2・3のみ</p> <p>魚のごまみそ焼き  牛乳 </p> <p>きゅうりのおかか和え </p> <p>クファージュシー </p>	<p>8(木) 中1・小1欠食</p> <p>お祝いいちごゼリー (小学校)  牛乳 </p> <p>カラフルサラダ </p> <p>むぎごはん ハヤシライス </p>	<p>9(金) 中1入学祝い献立</p> <p>お祝いいちごゼリー (中学校)  牛乳 </p> <p>豆腐チャンプルー </p> <p>黒米ごはん イナムドゥチ </p>										
		<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 660 P 28.4 F 23.1</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 765 P 33.4 F 26.4</td> </tr> </table>	小学校	E 660 P 28.4 F 23.1	中学校	E 765 P 33.4 F 26.4	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 697 P 22.4 F 17.6</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 784 P 26.1 F 18.6</td> </tr> </table>	小学校	E 697 P 22.4 F 17.6	中学校	E 784 P 26.1 F 18.6	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 562 P 22.7 F 17</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 705 P 26.4 F 19.6</td> </tr> </table>	小学校	E 562 P 22.7 F 17
小学校	E 660 P 28.4 F 23.1													
中学校	E 765 P 33.4 F 26.4													
小学校	E 697 P 22.4 F 17.6													
中学校	E 784 P 26.1 F 18.6													
小学校	E 562 P 22.7 F 17													
中学校	E 705 P 26.4 F 19.6													

こ ん だ て	<p>12(月)</p> <p>こまつなの和え物  牛乳 </p> <p>きびごはん 冬瓜のにつけ  </p>	<p>13(火)</p> <p>ひじき炒め  牛乳 </p> <p>ミートボール  </p> <p>むぎごはん けんちん汁  </p>	<p>14(水)</p> <p>チリコンカン  牛乳 </p> <p>オレンジ  </p> <p>コッペパン やさいスープ  </p>	<p>15(木) 小1入学祝い献立</p> <p>お祝いいちごゼリー (小1)  牛乳 </p> <p>キャベツとコーンのサラダ </p> <p>むぎごはん チキンカレー  </p>	<p>16(金)</p> <p>はるまき  牛乳 </p> <p>きびごはん マーボー豆腐  </p>																			
	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 557 P 22.2 F 13.3</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 658 P 25.7 F 14.4</td> </tr> </table>	小学校	E 557 P 22.2 F 13.3	中学校	E 658 P 25.7 F 14.4	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 662 P 27.7 F 21.6</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 776 P 31.9 F 23.8</td> </tr> </table>	小学校	E 662 P 27.7 F 21.6	中学校	E 776 P 31.9 F 23.8	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 518 P 22.1 F 17.9</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 636 P 26.6 F 20.8</td> </tr> </table>	小学校	E 518 P 22.1 F 17.9	中学校	E 636 P 26.6 F 20.8	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 668 P 19.2 F 18.9</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 750 P 21.9 F 20.2</td> </tr> </table>	小学校	E 668 P 19.2 F 18.9	中学校	E 750 P 21.9 F 20.2	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 738 P 25.6 F 29.1</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 906 P 30.4 F 35</td> </tr> </table>	小学校	E 738 P 25.6 F 29.1	中学校
小学校	E 557 P 22.2 F 13.3																							
中学校	E 658 P 25.7 F 14.4																							
小学校	E 662 P 27.7 F 21.6																							
中学校	E 776 P 31.9 F 23.8																							
小学校	E 518 P 22.1 F 17.9																							
中学校	E 636 P 26.6 F 20.8																							
小学校	E 668 P 19.2 F 18.9																							
中学校	E 750 P 21.9 F 20.2																							
小学校	E 738 P 25.6 F 29.1																							
中学校	E 906 P 30.4 F 35																							

こ ん だ て	<p>19(月)</p> <p>もやしのツナ和え  牛乳 </p> <p>マーコット オレンジ  </p> <p>わかめごはん ごもくに  </p>	<p>20(火)</p> <p>カレーおから  牛乳 </p> <p>ぎょうぎ  </p> <p>きびごはん 肉団子スープ  </p>	<p>21(水)</p> <p>カボチャひき肉フライ  牛乳 </p> <p>フルーツポンチ ソースやきそば  </p>	<p>22(木)</p> <p>ジャーマンポテト 牛井  </p>	<p>23(金)</p> <p>いんげんのツナマヨあえ  牛乳 </p> <p>もずく丼 </p>																			
	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 528 P 20.5 F 12.2</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 623 P 23.1 F 13.1</td> </tr> </table>	小学校	E 528 P 20.5 F 12.2	中学校	E 623 P 23.1 F 13.1	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 603 P 20.7 F 17.3</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 749 P 24.6 F 21.2</td> </tr> </table>	小学校	E 603 P 20.7 F 17.3	中学校	E 749 P 24.6 F 21.2	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 531 P 21.6 F 18.8</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 643 P 25 F 22.8</td> </tr> </table>	小学校	E 531 P 21.6 F 18.8	中学校	E 643 P 25 F 22.8	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 714 P 26.4 F 24.7</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 851 P 30.5 F 28.2</td> </tr> </table>	小学校	E 714 P 26.4 F 24.7	中学校	E 851 P 30.5 F 28.2	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 584 P 20.2 F 18.5</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 697 P 23.1 F 20.7</td> </tr> </table>	小学校	E 584 P 20.2 F 18.5	中学校
小学校	E 528 P 20.5 F 12.2																							
中学校	E 623 P 23.1 F 13.1																							
小学校	E 603 P 20.7 F 17.3																							
中学校	E 749 P 24.6 F 21.2																							
小学校	E 531 P 21.6 F 18.8																							
中学校	E 643 P 25 F 22.8																							
小学校	E 714 P 26.4 F 24.7																							
中学校	E 851 P 30.5 F 28.2																							
小学校	E 584 P 20.2 F 18.5																							
中学校	E 697 P 23.1 F 20.7																							

こ ん だ て	<p>26(月)</p> <p>クープイリチー  牛乳 </p> <p>しょうが焼き  </p> <p>むぎごはん ゆし豆腐  </p>	<p>27(火)</p> <p>まぐろフライ  牛乳 </p> <p>チキンピラフ 温野菜サラダ  </p>	<p>28(水)</p> <p>イタリアンサラダ  牛乳 </p> <p>りんご 黒糖パン 大豆と鶏肉のトマト煮   </p>	<p>食物アレルギーのある児童・生徒は、アレルギー表(献立表の裏面)もしっかり確認しましょう。</p> 	<p>30(金)</p> <p>手作りスコーン  牛乳 </p> <p>キャベツのごまあえ  </p> <p>ジャージャーめん (かけてたべてね) </p>													
	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 661 P 29.5 F 22.5</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 791 P 34.8 F 25.9</td> </tr> </table>	小学校	E 661 P 29.5 F 22.5	中学校	E 791 P 34.8 F 25.9	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 646 P 25.8 F 20</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 753 P 29.6 F 22.6</td> </tr> </table>	小学校	E 646 P 25.8 F 20	中学校	E 753 P 29.6 F 22.6	<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 653 P 25.3 F 20.7</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>E 745 P 28.7 F 23.1</td> </tr> </table>	小学校	E 653 P 25.3 F 20.7	中学校	E 745 P 28.7 F 23.1		<table border="1"> <tr> <td>小学校</td> <td>E 812 P 31.3 F 26.4</td> </tr> </table>	小学校
小学校	E 661 P 29.5 F 22.5																	
中学校	E 791 P 34.8 F 25.9																	
小学校	E 646 P 25.8 F 20																	
中学校	E 753 P 29.6 F 22.6																	
小学校	E 653 P 25.3 F 20.7																	
中学校	E 745 P 28.7 F 23.1																	
小学校	E 812 P 31.3 F 26.4																	



入学・進級おめでとう!

色とりどりの花が咲きほころ中、元気いっぱいの新入生を迎え、新年度の学校生活がスタートしました! みなさん、期待に胸をふくらませているのではないのでしょうか。環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりとり、朝食を食べて登校するようにしましょう。今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、一同で力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。

血や肉に作る 熱や力に作る からだの調子をよくする きねろしくはバランスがひれていきます。

もりつけは じょうずにね




※材料・天候によって献立を変更することがあります。※給食費は、毎月期限内に納めましょう。