

## 

令和4年		F T							<sup>心 ②</sup> 太E	日市立強力	⋾小学校
		-	こんだて		おも	こな ざ	いりょ:	うと はたら	き		エネルキ゛-
	曜	こんだて		【1群】 あか	【2群】	【3群	] みど	り 【4群】	【5群】 きい	ハろ 【6群】	(kcal)
				体をつ	くる	<b>体</b> σ	)調子をと	ことのえる	エネルギーの	のもとになる	たんぱく質
ľ	唯	しゅしょく	おかず	魚・肉・卵・	牛乳・乳製品・		1	野菜・きのこ・果物	米・パン・めん・ いも・さとう	油脂	(~)
			93/7.9	豆・豆製品	小魚・海そう		<u> </u>				(g)
		のみもの	##	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	/C・食物せんい	炭水化物	脂肪	脂肪(g)
7	木			1.#.	シル キ	.1-4	こかに	/1 . 主			
′	7 本 しぎょうしき・にゅうがくしき										
		パインパン	ワンタンスープ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい	もやし	パン	ごまあぶら	586
8	金		きゃべたまソテー	たまご だいず	こざかな	にら	メンマ	きゃべつ	ワンタン	ごま	27.2
		ぎゅうにゅう	フィッシュビーンズ	ぎょにくソーセージ	<u> </u> 		コーン	たまねぎ		!	19.3
		ごはん	さわらのしおやき	さわら	ぎゅうにゅう	にんじん	きゃべつ	きゅうり	ごはん	あぶら	585
11	月		つぼづけあえ	ぶたにく			つぼづけ	ト たまねぎ	じゃがいも		26.3
		ぎゅうにゅう		とうふ	i ! !		だいこん			<u> </u>	16.4
			はっぽうさい		ぎゅうにゅう				ごはん	ごまあぶら	592
12	水	21670	16 216 20	いか うずらのたまご	C 17 )1C17 )	チンゲンサイ	i		さとう	あぶら	24.6
' -		ぎゅうにゅう	<b>デ</b> ±/ <b>=</b> め	だいず さつまあげ			ごぼう	こんにゃく		والمرازي	16.6
<b> </b>			<u>: こもくまめ)</u> まん・かきあげ・てんどん		ギルンニルニ			んにゃく んにゃく ながねぎ	<b>ブル</b>	あぶら	650
12			きんぴらごぼう				<u>!</u>			!	
13					わかめ	みつば	:		さとう	ごまあぶら	18.3
<u> </u>		ぎゅうにゅう いかだんごじる		さつまあげ	_ 年出のき			* えのきだけ * ^ * * *	<u> </u>	i	22.3
				14日から一年生のき					I_* I	1	212
۱.,	_	ごはん	マーボーどうふ	-	ぎゅうにゅう		i	ながねぎ しいたけ		あぶら	613
14				とうふ	}   		もやし		さとう	ごまあぶら	22.6
			かみかみナムル		<u> </u>		きゃべつ			ナムルドレッシング	17.3
1			ブラウンシチュー		ぎゅうにゅう		i		パン	あぶら	668
15	金		ツナサラダ	ツナ	チーズ	グロッコリー	きゃべつ	きゅうり	ゼリー	ハヤシルウ	23.7
		ぎゅうにゅう	おいわいいちごゼリー				コーン		じゃがいも		27
		こぎつねごはん	ひじきいりあつやきたまご	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう				ごはん	あぶら	595
18	月		すましじる	あぶらあげ	わかめ		だいこん	ながねぎ	さとう		24.5
		ぎゅうにゅう	オレンジ	とうふ	ひじき		なめこ	オレンジ			20.6
		ごはん	にくじゃが	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	しらたき	ごはん	あぶら	596
19	火				こざかな	いんげん	しいたけ	だいこん	じゃがいも	ごま	23.2
		ぎゅうにゅう	だいこんじゃこサラダ		i I		きゅうり	しらたき	さとう	あおじそドレッシング	14
		ミルクパン	スパゲッティナポリタン	ウィンナー	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	` コーン	パン	あぶら	600
20	水			ベーコン	}   	こまつな	į		スパゲッティ		21.6
		ぎゅうにゅう	3しょくソテー		i !	ピーマン	į				19.3
		ごはん	さばのみそに	さば	ぎゅうにゅう	にんじん	きゃべつ	たまねぎ	ごはん	ごま	616
21	木		ごまあえ	たまご	} !	ほうれんそう	しいたけ		さとう	<u> </u>	25.6
		ぎゅうにゅう	かきたまじる	とうふ		こまつな	į			<u> </u>	22.2
	_		ハンバーグやさいソース		ぎゅうにゅう		たまねぎ	マッシュルーム	パン	あぶら	623
22				ぶたにく ベーコン	<b>.</b>	ピーマン	8		じゃがいも		26.1
1		ぎゅうにゅう	ABCスープ	とりにく	i ! !		•		マカロニ	į	26
			コーンクリームスープ		ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	・ グリンピース		あぶら	613
25			- , ,				:	ルーム コーン		バター	21.1
۱۲۰		ぎゅうにゅう	ゼリーあぇ			_ •	I	かんかん パインかん			16.7
			アジフライ(ソース	アジ あつあげ	ぎゅうにゅう				ごはん	あぶら	622
26	小		テンプライマン ハ きりぼしだいこんのふくめに						さとう	ر٠٠٥٠٠	23.5
۱۲۰			かぼちゃのみそしる	さつまあげ	i !	にんじん	i 0.5 100				19.7
$\vdash$	$\vdash$	ぶどうパン	•		ぎゅうにゅう		けくさい	もやし メンマ	パン	ちゅうかごま	585
27		ふこうハン	こんにゃくサラダ		チーズ		!	コーン こんにゃく		ドレッシング	24.2
<b>'</b>		ギルンニュニ		ふるこ	<i>,</i> -^					109729	
<u> </u>			ベビーチーズ	L111-7	<b>ギルコー・</b> フ		きゃべつ		<b>⇒</b> 1+ /	± >>>	16.5
00		ひらこばん	チキンカレー	とりにく	ぎゅうにゅう エ ブ		ł		ごはん	あぶら	632
28		- ، -، هد			チーズ		きゃべつ	きゅうり	じゃがいも	į	21.3
<u> </u>		さゆつにゆう	コールスローサラダ		į		<u> </u>			フレンチドレッシング	20.1
29 金 。ゝ。♬。。ゝ。'。ゝ。。♬。 しょうわのひ 。ゝ。♬。。ゝ。'。♪。											я
Ĺ											•• 0
_											

<sup>※</sup>野菜類はすべて加熱してあります。 ※都合により献立を変更する場合があります。 ※ごはんはすべて太田のお米です。

<sup>※</sup>麺類の日は炭水化物充足のために小さいパンがつきます。※太字は、太田市産の野菜です。

<sup>★★★4</sup>月分の給食費□座振替日は5月2日(月)です。前日までに残高の確認をお願いします。★★★