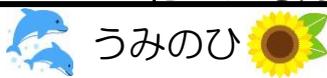




平成30年7月きゅうしょくこんだてひょう



太田市立太田東小学校

日	曜	こんだて		おもな さいりょうと はたらき						えいようか エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)
				あか		みどり		きいろ		
		主食・飲み物	おかず	からだをつくる 1群	からだのちょうしをととのえる 2群	からだのちょうしをととのえる 3群	からだのちょうしをととのえる 4群	エネルギーのもとになる 5群	エネルギーのもとになる 6群	
2	月	ごはん ぎゅうにゅう	やさいたつぷりみそしる いわしのうめに ひじきのにもの	いわし あぶらあげ とりにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	えだまめ たまねぎ だいこん えのきだけ	ごはん さんおんどう じゃがいも	あぶら	647 25.8 18.8
3	火	コッペパン ぎゅうにゅう	やきそば こまつなサラダ れいとうみかん	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン こまつな	キャベツ もやし みかん	パン ちゅうかめん さんおんどう	あぶら	614 25.3 18.0
4	水	ごはん ぎゅうにゅう	マーボー豆腐 はるさめサラダ	ぶたにく 豆腐	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく きゅうり もやし	ごはん はるさめ さんおんどう	あぶら ごまあぶら ごま	668 25.2 20.3
5	木	はちみつパン ぎゅうにゅう	なつやさいスープ タンドリーチキン えだまめサラダ	とりにく	ぎゅうにゅう	トマト にんじん	なす ズッキーニ たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり	パン		629 30.2 24.6
6	金	ようふうちらし ぎゅうにゅう	たなばたじる おかかあえ たなばたゼリー	ワインナー とうふ あぶらあげ とりにく なると	ぎゅうにゅう	にんじん オクラ	えだまめ だいこん コーン ねぎ ほうれんそう しいたけ はくさい	ごはん さんおんどう ごま そうめん	ごま	658 24.4 20.9
9	月	ごはん ぎゅうにゅう	きのこのみそしる くわいとひじきのにくだんご ゴーヤチャンプルー	ぶたにく とうふ たまご にくだんご	ぎゅうにゅう	にんじん	にがうり もやし たまねぎ えのきだけ しめじ キャベツ	ごはん	あぶら	626 26.4 16.9
10	火	クロワッサン ジョアブルーベリー	たらこスパゲッティ だいこんサラダ	ベーコン たらこ	ジョア	にんじん ピーマン しめじ だいこん みずな	にんにく たまねぎ たまねぎ えのきだけ	クロワッサン スパゲッティ	バター あぶら	630 19.1 16.9
11	水	ごはん ぎゅうにゅう	わかめのみそしる さばのしおやき ほうれんそうのごまあえ	さば	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん	だいこん もやし	ごはん さんおんどう	ごま	675 27.0 24.1
12	木	ごはん ぎゅうにゅう	ふわふわスープ あげぎょうざ たらこふりかけ	ぎょうざ たまご はんぺん かまぼこ	ぎゅうにゅう		たまねぎ ねぎ えのきだけ	ごはん	あぶら	610 19.8 19.4
13	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	なつやさいカレー わかめのサラダ	とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん かぼちゃ ピーマン	たまねぎ なす にんにく しょうが きゅうり キャベツ	むぎごはん じゃがいも	あぶら	685 20.9 18.1
16	月	 うみのひ								
17	火	アップルパン ぎゅうにゅう	プレーンオムレツ ケチャップ マカロニサラダ イタリアンスープ	オムレツ ベーコン たまご	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	きゅうり キャベツ たまねぎ コーン	パン パンネ じゃがいも		607 23.7 25.5
18	水	おきなわふう まぜごはん ぎゅうにゅう	とうがんスープ ゆでとうもろこし	ぶたにく とうふ かまぼこ とりにく	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん	しいたけ とうがん ねぎ しょうが コーン	ごはん	あぶら ごまあぶら	617 23.8 18.5
19	木	ハンズパン ぎゅうにゅう	しおラーメン みつめめ	ぶたにく なると くろまめ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ もやし ねぎ メンマ もも みかん しょうが にんにく	パン ちゅうかめん	ごまあぶら	651 24.5 20.4

★材料購入の都合により、献立が変更になる場合があります。
★米、牛乳は太田市産を使用しています。★野菜はすべて加熱してあります。

7月の給食費の引き落としは 7月26日(木)です。
前日までに、口座の残金確認をお願いいたします。

『親と子の食育セミナー』参加者募集のお知らせ

今年も夏休みに『親と子の食育セミナー』を実施いたします。親子による調理実習、そして栄養士による食に関する指導があります。一緒に楽しく学びましょう。ぜひご応募下さい。

- 日時：平成30年8月9日(木)10:00~14:30(受付9:45~)
 - 会場：九合行政センター(太田市飯塚町591-1)
 - 対象：太田市内の小学生とその保護者
 - 定員：15組(応募多数の場合は抽選とし、結果は後日連絡いたします。)
 - 参加費：1人400円(保険代を含みます。当日、集金いたします。)
 - 申込み先：下記申込み書にて、郵送、FAXのいずれかで平成30年7月6日(金)17:00までに申し込んで下さい。
- ※未就学児の同伴は、申し訳ありませんがご遠慮ください。



『親と子の食育セミナー』参加申込み書

太田市教育委員会学校施設管理課 学校給食係宛
〒370-0495 太田市粕川町520番地 TEL0276-20-7086 FAX0276-52-4227

参加児童	ふりがな 氏名	性別	
	学校名	学年	
参加者氏名 (保護者)	児童との関係 ○をつけてください。 関係(父・母・祖父・祖母・その他)		
住所	TEL(自宅)		
	TEL(携帯)		

