



平成30年12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 ばたらき						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	2群	からだのちょうしをととのえる 3群	4群	エネルギーのもとになる 5群	6群	
3	月	もちつきたいかひのふりかえきゅうじつ								
4	火	チョコチップパン ぎゅうにゅう ごはん	しおラーメン おさかなサラダ マーボー豆腐	ふたにく なると いか	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ もやし ねぎ メンマ きゅうり コーン	パン ちゅうかめん	ごまあぶら	683 29.0 19.8
5	水	ごはん ぎゅうにゅう	はるさめサラダ	ふたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たまねぎ ねぎ きゅうり もやし	ごはん さんおんとう はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	669 25.3 20.3
6	木	シュガーあげパン ぎゅうにゅう	ラビオリスープ だいこんサラダ	ラビオリ ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ だいこん きゅうり	パン グラニュー糖 じゃがいも	あぶら	654 21.3 22.5
7	金	ごはん ぎゅうにゅう	たんたんわんたんスープ やきぎょうざ たまごのふりかけ	ぎょうざ とりにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん	もやし はくさい	ごはん わんたん	ごまあぶら あぶら	657 22.4 16.8
10	月	わかめごはん ぎゅうにゅう	すいとん しおこんあぶあえ	さつまあげ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	だいこん ねぎ しいたけ きゅうり	ごはん すいとん じゃがいも	ごま	610 21.2 13.6
11	火	しょくパン クリームゴールド ぎゅうにゅう	コーンクリームスープ グリーンサラダ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん プロッコリー	たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	パン じゃがいも クリームゴールド	あぶら	646 22.0 25.6
12	水	キムタクごはん ぎゅうにゅう	なめこじる ごもくまめ	ふたにく だいす とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	キムチ たくあん なめこ ねぎ ごぼう しいたけ こんにゃく だいこん	ごはん さんおんとう じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら	645 25.8 16.6
13	木	ミルクパン ぎゅうにゅう	はくさいとベーコンのスープ エビフライ ポテトサラダ	ベーコン エビフライ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ はくさい	パン じゃがいも	あぶら	615 20.0 25.0
14	金	ごはん ぎゅうにゅう	とりつみれじる さばのみそに ちゅうかいため	さば とりつみれ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	もやし たけのこ だいこん たまねぎ えのき だけ ねぎ	ごはん さんおんとう	あぶら ごまあぶら	608 24.6 18.1
17	月	ごはん ぎゅうにゅう	いなかじる ふたにくとしらたき びりからいため	ふたにく なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ たまねぎ しらたき だいこん	ごはん さんおんとう じゃがいも	あぶら ごま	647 28.1 19.0
18	火	コッパン ぎゅうにゅう	ソースまるごとおたやきそば カルピスポンチ	ふたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ もやし ピーマン みかん パイン おうとう	パン ちゅうかめん	あぶら	646 24.1 16.3
19	水	とうじカレー ぎゅうにゅう	チーズサラダ みかん	ふたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん かぼちゃ	たまねぎ きゅうり キャベツ みかん	ごはん じゃがいも	あぶら	683 26.3 19.5
20	木	エビピラフ ジョアマスカット	トマトスープ クリスピーチキン ストロベリーカスタードタルト	とりにく クリスピーチキン	ぎゅうにゅう	にんじん	コーン たまねぎ マッシュルーム しめじ	ごはん じゃがいも タルト	バター あぶら	660 24.9 20.3
21	金	しゅうぎょうしき								

- ★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。

12月の給食費の引き落としは 12月26日(水)です。
前日までに、口座の残金確認をお願いいたします。

?給食クイズ?

みなさんが住んでいる群馬県太田市が名産の太田焼きそばですが、どんな色をしているのでしょうか?

- ①黒 ②白 ③赤 ④黄色

正解は①です。

太田焼きそばは普通のやきそばより、麺が太く、黒いのが特徴です。

18日の給食に出る『ソースまるごと太田焼きそば』の麺は、製麺所において、太麺にしてもらいました。

ソースは、100%群馬県産の野菜で作られています。

ぜひ、味わって下さい。



© 太田市

