

1月 給食献立

令和3年 1月		献立(アレルギー)		弁当(アレルギー)	
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	2年生	
		食塩 (g)	脂質 (g)		
★ リクエスト	14 木	牛乳(乳)・福神漬(小麦・大豆・ゴマ) ★ハヤシライス (小麦・牛・大豆・鶏・豚・乳・バナナ・リンゴ) コーンサラダ	851	23.2	ご飯・ふりかけ・ジョア(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) 鶏のオープン焼き(乳・小麦・大豆・鶏肉) 串カツ(豚・大豆・小麦) おくらのおかか和え(小麦・大豆・鯖)
			2.5	31	
	15 金	ご飯・牛乳(乳) ベーコンと白菜のクリームシチュー (乳・小麦・大豆・豚・鶏) 厚揚げそぼろあんかけ(鶏肉・大豆・小麦)	793	28.3	ご飯・ふりかけ・牛乳(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) 鯖(鯖)・春巻(小麦・ゴマ・大豆・豚肉・鶏肉) 焼売(鶏・豚・大豆・小麦・ゴマ・イカ・カニ・乳) 厚揚げそぼろあんかけ(鶏肉・大豆・小麦)
			2.4	21.5	
令和3年 1月		献立(アレルギー)		弁当(アレルギー)	
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	3年生	
		食塩 (g)	脂質 (g)		
	18 月	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳) チキン南蛮(鶏・小麦・大豆・卵・乳・ゴマ・リンゴ) マカロニビーンズサラダ(乳・大豆・小麦・卵・リンゴ) 漬物(小麦・大豆・ゴマ)	819	28.3	汁なし・ふりかけ 同左
			2.5	24.1	
	19 火	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) デミソースハンバーグ (卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・牛肉・ゴマ・リンゴ・バナナ・ゼラチン) ツイストマカロニサラダ(卵・小麦・大豆・リンゴ)	794	29.1	汁なし・ふりかけ・ジョア(乳) 同左
			2.4	23.6	
★ リクエスト	20 水	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳) ★味噌カツ(豚肉・卵・小麦・大豆・りんご・ゴマ) 漬物(小麦・大豆・ゴマ) 小松菜ともやしの塩だれ和え(ゴマ・大豆・小麦)	906	29.9	汁なし・ふりかけ 同左
			2.4	26.7	
★ リクエスト	21 木	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) ★鶏香味揚げ(鶏・大豆・小麦・乳・卵) 焼売(鶏・豚・大豆・小麦・ゴマ・乳・卵・イカ) 春雨サラダ(ゴマ・乳・大豆・小麦・卵)	851	28.8	汁なし・ふりかけ 同左
			2.4	28.7	
	22 金	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳) 豚肉の生姜炒め(豚・小麦・大豆・ゴマ・リンゴ) さつま芋サラダ(卵・小麦・大豆・リンゴ) 漬物(小麦・大豆・ゴマ)	912	29.1	汁なし・ふりかけ 同左
			2.4	33.6	

令和3年 1月		献立(アレルギー)		弁当(アレルギー)	
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	1年生	
		食塩 (g)	脂質 (g)		
★ リクエスト	25 月	牛乳(乳)・福神漬(小麦・大豆・ゴマ) ★ポークカレーライス (豚・小麦・乳・鶏・大豆・リンゴ・ピーナッツ・ゼラチン・卵・バナナ・ゴマ) 里芋の鶏そぼろあん(小麦・大豆・乳・鶏肉)	947	26.1	ご飯・ふりかけ・ジョア(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) 鯖(鯖)・春巻(小麦・ゴマ・大豆・豚肉・鶏肉) 焼売(鶏・豚・大豆・小麦・ゴマ・イカ・カニ・乳) 里芋の鶏そぼろあん(小麦・大豆・乳・鶏肉)
			2.7	31.7	
	26 火	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) 牛肉コロッケ(卵・乳・大豆・小麦・牛肉) 炙り焼きチキン(鶏・大豆・小麦)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) 春雨カレー風味和え(小麦・大豆・卵・リンゴ)	862	24.6	3年生学年末試験の為 全員給食
			2.4	30.9	
	27 水	牛乳(乳) ミートソーススパゲッティ (小麦・大豆・豚・牛・リンゴ・乳・鶏) チーズサラダ(乳)	876	28.6	
			2.6	31.6	
	28 木	ご飯・牛乳(乳) 五目麻婆 (小麦・大豆・海老・リンゴ・豚肉・ゴマ) 玉子スープ(卵・豚肉・鶏肉・乳・小麦・大豆)	797	28.2	
			2.5	25.5	
★ リクエスト	29 金	ご飯・味噌汁(大豆・小麦・鯖)・牛乳(乳)・漬物(小麦・大豆・ゴマ) ★ハンバーグおろしソース (小麦・卵・乳・牛肉・大豆・鶏・豚・ゼラチン) もやしのゆかり和え(小麦・大豆・ゴマ)	771	27.6	
			2.6	25.8	

※各自でかけていただくドレッシング・中濃ソースなどのアレルギーは記載しておりません。
 ※お弁当のソース・ふりかけ・タルタル・醤油・パンのアレルギーは記載しておりません。
 袋の記載事項をご確認ください。
 ※加工食品については、製造過程において機械や器具などからのアレルギーが混入(コンタミネーション)が
 起こる場合があります。コンタミネーションの記載はしておりません。
 ※材料等の都合によりメニューが変更になる場合がございます。その際はご了承ください。
 ※ご不明な点は給食職員までお願いいたします。