



日付 曜日	献立名 (主食・主菜・副菜・汁物)	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (体の調子をとのえる)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
9 (水)	ハヤシライス(姜ごはん・ルウ) キャバツのレモンサラダ	☆	ぎゅうにく ロースハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ コーン マッシュルーム グリーンピース キャバツ	こめ きょうかまい おおむぎ さとう	あぶら
10 (木)	入学式							
11 (金)	ごはん いわしの生姜煮 きんぴらごぼう 豚汁	☆	いわし ぎゅうにく がたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	ごぼう だいこん こんにやく たまねぎ もやし	こめ きょうかまい さとう さといも	あぶら
14 (月)	キムチごはん チャプチェ 肉団子のスープ	☆	がたにく ぎゅうにく ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん にら こまつな	しょうが にんにく 糸こんにやく たまねぎ しいたけ たけのこ きくらげ	こめ きょうかまい さとう	キムチ ごま ごまあぶら
15 (火)	ピタパン チリコンカン イタリアンサラダ 元気ヨーグルト	☆	ぎゅうにく がたにく だいたず	ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん あかピーマン きピーマン ブロッコリー	たまねぎ にんにく キャバツ コーン	ピタパン さとう パンこ	オリーブオイル イタリアンド レッシング
16 (水)	ごはん ホキフライ ひじきの炒り煮 菜の花のみそ汁	☆	ホキ あぶらあげ とうふ みそ	ひじき しらすぼし わかめ ぎゅうにゅう	にんじん なのはな	えだまめ たまねぎ しめじ	こめ きょうかまい さとう	あぶら
17 (木)	ポークカレーライス(姜ごはん・ルウ) フルーツカクテル	☆	がたにく レンズまめ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ グリーンピース にんにく みかん もも パイン	こめ きょうかまい おおむぎ じゃがいも ゼリー	あぶら
18 (金)	ごはん ☆マーボー豆腐 パンバンジーサラダ	☆	がたにく とうふ みそ とりささみ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ もやし にんにく きゅうり	こめ きょうかまい さとう でんぷん	あぶら すりごま ごまあぶら
21 (月)	ごはん ビビンバ 春雨スープ	☆	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら ほうれんそう	しょうが にんにく たけのこ もやし はくさい たまねぎ	こめ きょうかまい さとう はるさめ	ごまあぶら
22 (火)	減塩コッパパン チキンとポテのハニーマスタードソテー 豆乳スープ	☆	とりにく ベーコン とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく キャバツ しめじ	コッパパン じゃがいも はちみつ	あぶら
23 (水)	ごはん 豚肉の生姜焼き ☆ごぼうサラダ 若竹汁	☆	がたにく ツナ かまぼこ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが ごぼう えだまめ たけのこ えのき しいたけ	こめ きょうかまい さとう でんぷん	あぶら ごま ドレッシング
24 (木)	減量ミルクロールパン ハンバーグケチャップソース キャロットサラダ マカロニスープ	☆	ハンバーグ ツナ ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	コーン はくさい たまねぎ	ミルクパン さとう マカロニ	エッグケアマヨ ネーズ
25 (金)	たけのこごはん おからのコロッケ キャバツのみそ汁 入学お祝いゼリー	☆	とりにく あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たけのこ グリーンピース キャバツ たまねぎ	こめ きょうかまい さとう おからコロッケ ゼリー	あぶら
28 (月)	肉まん ☆とんこつラーメン ツナと大豆のサラダ	☆	がたにく ツナ だいたず	ぎゅうにゅう	にんじん	たけのこ もやし きくらげ たまねぎ ねぎ キャバツ	にくまん ちゃんぽん	エッグケアマヨ ネーズ
30 (水)	ごはん 鱈フライ たけのこの土佐煮 じゃがいものみそ汁	☆	さわら みそ とりにく あぶらあげ かつおぶし	わかめ ぎゅうにゅう	きぬさや にんじん ねぎ	たけのこ こんにやく たまねぎ えのき	こめ きょうかまい さとう じゃがいも	あぶら

産地消費 今月の川崎町の食材...小松菜、セロリ、大根、人参、キャベツ、米、みそ

材料等の都合により献立がかわることがあります。
農産物直売所De愛より 毎朝新鮮な野菜が届きます。

たまな 食べて学べる 学校給食

学校給食は、成長期にあるみなさんの心身の健全な発達のために、栄養バランスのとれた食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的にすすめるための教材としての役割もあります。

適切な栄養がとれます！

学校給食は、「学校給食摂取基準」に基づき、望ましい栄養量を算出して、献立を立てています。具体的には、カルシウムなどの家庭での食事では不足しがちな栄養素を、可能な範囲で、学校給食で補う工夫がされています。

食べて学べる教科書です！

給食の時間では、準備から片付けまでの活動を通して、正しい手洗いやはしの使い方などの望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。

