9月分献立表<幼稚園>

令和6年度

四国中央市立土居学校給食センター

	今月の目標					大才 実し				
1	疲労回復を促し、		1 群 主に体をつく	2群	3群	材料 4群 周子を整える(緑)	5群 主にエネルギーのもとにな	6群		エネル
	力を増進させる献立		魚・肉・卵豆・豆製品	牛乳·乳製品· 小魚·海藻	色のこい野菜	その他の野菜と果物	米・パン・麺・芋・砂糖	油類	調味料他	たん 脂 食塩
	献立名	牛乳	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質		
コッペパ							さといもコロッケ	あぶら		467
里芋コロ	- -ナッツ和え	0			こまつな にんじん	キャベツ	さとう	カシューナッツ	しょうゆ	17. 5 21. 1
ミネスト			ベーコン		チンゲンサイ にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも		しょうゆ スープストック	1. 9
雑穀ごは	まん						こめ はだかむぎ もちきび もちむぎ みどりまい くろまい あかごめ			479
味つけの	0 9	0		あじつけのり						18. 5
ししゃも	もの磯辺揚げ	O		ししゃも あおのりこ			てんぷらこ	あぶら		14. 6
たくあん和	し和え				チンゲンサイ	キャベツ たくあん				1. 5
豚汁			ぶたにく あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	しめじ だいこん	じゃがいも		にぼし	
ごはん			18 . 7				38	- · · · · · ·		561
ビーフシ	ンチュー		ぎゅうにく	チーズ	にんじん トマトピューレ	にんにく たまねぎ	じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら バター	あかワイン ウスターソース しょうゆ スープストック	18. 5
れんこん	いサラダ	0			にんじん	キャベツ れんこん	さとう	しろごま あぶら	しょうゆ	18. 9
冷凍みか						れいとうみかん		ごまあぶら		
ルスのル ごはん	1.70									1. 1 515
納豆			なっとう							23. 1
甘酢和え	į	0		わかめ		キャベツ きゅうり	さとう		しょうゆ	17. 0
	- 大根の煮物		ぶたにく うずらたまご		にんじん	だいこん しょうが	こんにゃく さとう	あぶら	しょうゆ みりん	1. 2
ごはん							3 8			493
豚肉とレ		_	ぶたにく ぶたレバー みそ				でんぷん さとう	あぶら	みりん しょうゆ	21.5
みそだれ	ルかけ 野菜(小松菜)	0			こまつな	キャベツ				16.8
けんちん			とりにく とうふ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう	こんにゃく	ごまあぶら	しょうゆ にぼし	1. 1
コッペパ							コッペパン			458
	-ロラソース焼き		さけ				28 7リ-	マヨネーズ	トマトケチャップ	21.3
ひじきサ		0		ひじき	チンゲンサイ	キャベツ とうもろこし	さとう	あぶら		21.5
	キンポタージュ		ベーコン いんげんまめピューレ	ぎゅうにゅう	かぼちゃ パセリ	たまねぎ	こむぎこ	バター あぶら	スープストック	1.4
ごはん			いんけんまめヒューレ							527
	_	0	ぶたにく だいず みそ		にんじん ねぎ	にんにく しょうが たけのこ	はるさめ さとう	ごまあぶら	しょうゆ オイスターソース トウバンジャン	_
麻婆春雨 中華和え 型抜きチース					I= / I × /	ほししいたけ	41.5	ごまあぶら	ちゅうかスープストック	20. 3
				チーズ	にんじん	もやし キャベツ	さとう	こまめから	しょうゆ	16. 2
型扱さす				, ~		北小の児童が考えた献立				1. 9
ごはん						16小の元重かってた成立	C			521
	の竜田揚げ		さんま			しょうが	でんぷん	あぶら	しょうゆ	19. 4
おひたし		- 0			こまつな にんじん	キャベツ	さとう		しょうゆ	20. 9
きのこの			とうふ みそ		にんじん	しめじ まいたけ	さつまいも		にぼし	1. 5
						お月見献立				
							3 8			527
ごはん									ふりかけ	
ふりかけ	ナ(かつお)							1. 53.5	3.9 1.17	20. 2
ふりかけ 瀬戸揚げ	f	0	すりみ とうふ	ひじき	にんじん	ごぼう	でんぷん	あぶら		16.3
ふりかけ 瀬戸揚け 切り干し	が ン大根のはりはり潰	0			にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう	あぶら しろごま	しょうゆ	\dashv
ふりかけ 瀬戸揚け 切り干し 里芋のみ	が ン大根のはりはり潰	0	すりみ とうふ	ひじきわかめ			さとう			16. 3
ふりかけ 瀬戸揚げ 切り干し 里芋のみ ごはん	が ン大根のはりはり漬 タそ汁	0			にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう	しろごま	しょうゆ	16. 3 1. 6
ふりかけ 瀬戸揚げ 切り干し 里芋のみ ごはん 魚のチリ	が ン大根のはりはり潰 タモ汁 リソース	0	あぶらあげ みそ		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ	さとう さといも こめ		しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2
ふりかけ 瀬戸揚げ 切り干し 里芋のみ ごはん 魚のチリ	ザ レ大根のはりはり渡 サそ汁 リソース ロえ		あぶらあげ みそ		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ	さとう さといも ごめ でんぶん さとう	しろごま	しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8
ふりかけ 瀬戸揚げ 切り干し 単芋のみ ごはん 魚のまずれ ビーフン	ポープ ル大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ		あぶらあげ みそ		にんじんねぎ	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン	しろごま	しょうゆ にぼし トマトケチャップ チリソース	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8
ふりかけ 瀬戸揚げ 切り干し 里芋のみ ごはん 魚のチリ	ポープ ル大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ		あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご		にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン コッペパン	しろごま あぶら しろごま	しょうゆ にぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7
ふりかけ 切り押し 里さはのます でまって ビーッペイン	ポープ ル大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ	0	あぶらあげ みそ		にんじんねぎ	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン	しろごま	しょうゆ にぼし トマトケチャップ チリソース	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7
あり がけん がけん がり 横げしめ かけん リース かいま アー・ツ すのま アー・ツ すの ま アー・ツ すの ま かん こうかん しょうかん しょうしょう しょう	プレ大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ ペン ミートペンネ		あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご		にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン コッペパン	あぶら しろごま あぶら	しょうゆ にぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1
ふ瀬切里ご魚ご はついす が付しる のましていていていていていていていていていていていていていていていていていていてい	プレ大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ ペン ミートペンネ	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ	あぶら しろごま あぶら	しょうゆ に にし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1
ふ瀬切里ご魚ごピコな 海ブリーののまっている ないではのまっている。 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 はいでは、 もいでは、 もいでは、 もいでは、 もいでは、 もいでは、 もいでは、 もいでは、 もっとも。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も。 も	が ン大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ ペン ミートペンネ ラダ	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ	さとう さといも ごめ でんぶん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう	あぶら しろごま あぶら	しょうゆ に にし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7
ふ瀬切里ご魚ご ピコ な 海ブキリアリキはのまー ッ す 薬ルムリー かっち アペ の サーチ	が ン大根のはりはり渡 タモ汁 リソース ロえ レスープ ペン ミートペンネ ラダ くリージャム チャーハン	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム ごめ ぎょうざ	しろごま あぶら しろごま あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471
ふ瀬切里ご魚ご ピコ な 海ブキ揚ーのが揚干のののま ーッ す 薬ルムげる かくの ラベチェ	プレ大根のはりはり渡りを計 リソース ロえ レスープ ペン ミートペンネ ラダ ペリージャム チャーハン ようざ	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう	しろごま あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471 17. 0
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春り戸り芋はのま ーッ す 薬ルムげー雨かけしみ リネン べの サーチぎモス	プレ大根のはりはり渡りを計 リソース ロえ レスープ ペンミートペンネラダ ペリージャム チャーハン ようざ レド和え	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ	しろごま あぶら しろごま あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471 17. 0 15. 9 1. 9
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春り戸り芋はのま ーッ す 薬ルムげー雨かけしみ リネン パ の サーチぎモス	プレ大根のはりはり渡りを計 リソース ロえ レスープ ペンミートペンネラダ ペリージャム チャーハン ようざ レド和え	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471 17. 0 15. 9 1. 9
ふ瀬切里ご魚ご ビ コ な 海ブキ揚ア春ごり戸り芋はのま ー ッ す 薬ルムげー雨はかけしみ リネ ンパ の サーチぎモスん	が ・大根のはりはり渡 ・ナイナース ロス フ プ ペン ミープ ペント ペンネ ラダ ペリーハン トライリーハン トライカス ・フ プ	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ	しろごま あぶら しろごま あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471 17. 0 15. 9 1. 9
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春ご チリ戸り芋はのま ーッ す 薬ルムげー雨は キンサーチぎモスん 東で カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	が ・大根のはりはり渡 ・ナイナース ロス フ プ ペン ミープ ペント ペンネ ラダ ペリーハン トライリーハン トライカス ・フ プ	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ でんぷん こむぎこ	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 17. 0 15. 9 1. 9 546 20. 0
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春ご チーリアリ芋はのま ーッ す 薬ルムげー雨は キ 食か場 モスん ン 用ター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ポース 根のはりはり渡りを子汁 リソース コス・プロス・プロス・プロス・アイン ネーラダ ペン・トーペン ネーラダ ペリー・ハン・ドラ で カー・アープ 電客 ロルタルソース	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ でんぷん こむぎこ	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 17. 0 15. 9 1. 9 546 20. 0 21. 0
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春ご チーボリ戸り芋はのま ーッ す 藻ルムげー雨は キ 食イか場 モスん ン 用ルス・ディー・ カー・ディー・ カー・ディー・ カー・ディー・ カー・ディー・ カー・ディン アー・ディン アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ アー・アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・アー・ディー・アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ アー・ディー・ディー・ アー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディー・ディ	ポース 根のはりはり渡りを子 インス コス フッパン トース マップ・ペンネーラ ダー・ハン トラ ジャム チャップ アイン	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく キャベツ たまねぎ しめじ	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ でんぷん こむぎこ	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 17. 0 15. 9 1. 9 546 20. 0 21. 0
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春ご チーリ戸り芋はのま ーッ す 薬ルムげー雨は キ 食か場干のんチ酢 フ ぺ の サーチぎモスん ン 用ター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ポース 根のはりはり渡りを子 インス コス フッパン トース マップ・ペンネーラ ダー・ハン トラ ジャム チャップ アイン	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず ぶたにく	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな チンゲンサイ にんじん	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく キャベツ たまねぎ しめじ	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ でんぷん こむぎこ さとう	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 17. 0 15. 9 1. 9 546 20. 0 21. 0 1. 2
ふ瀬切里ご魚ご ビコ な 海ブキ揚ア春ご チーポだごり戸り芋はのま ーッ す 藻ルムげー雨は キ 食イんはか揚干のんチ酢 フ ペ の サーチぎモスん ン 用ルごん コール・カー・ リネ ン パ ミラベチょンー 南 タキ汁	ポース ではいまり できます かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かい	0 0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ チンゲンサイ にんじん にら にんじん トマト にんじん ねぎ こまつな チンゲンサイ にんじん	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく キャベツ たまねぎ しめじ	さとう さといも こめ でんぷん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム こめ ぎょうざ さとう はるさめ でんぷん こむぎこ さとう	あぶら しろごま あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうけ カスープストック	487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 1. 7 471 17. 0 15. 9
ふ瀬切里ご魚ご ビ コ な 海ブキ揚ア春ご チ 一ボだり戸り芋はのま ー ッ す 藻ルムげー雨は キ 食イんか揚干のんチ酢 フ ペ の サーチぎモスん ン 用ルごかけしみ リ和 ン パミ ラベチよンー 南 タキ汁	プレスト	0	あぶらあげ みそ メルルーサ うずらたまご ぶたにく だいず ぶたにく だいず	わかめ	にんじん ねぎ にんじん ねぎ にんじん ねぎ	きりぼしだいこん きゅうり えのきたけ たまねぎ にんにく たまねぎ もやし だいこん きゅうり たまねぎ なす たまねぎ グリンピース キャベツ とうもろこし はくさいキムチ たまねぎ にんにく キャベツ たまねぎ しめじ	さとう さといも 2め でんぶん さとう さとう ビーフン コッペパン マカロニ さとう ブルーベリージャム 2め ぎょうざ さとう はるさめ 3め でんぷん こむぎこ さとう	しろごま あぶら しろごま あぶら まあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら カがら カがら カルジ カルソース	しょうゆ たぼし トマトケチャップ チリソース しょうゆ ちゅうかスープストック トマトケチャップ ウスターソース スープストック しょうゆ ちゅうかスープストック しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	16. 3 1. 6 487 20. 2 14. 8 1. 7 456 19. 1 17. 1 17. 0 15. 9 546 20. 0 21. 0 1. 2

「学校給食実施基準」(文部科学省)に基づき、四国中央市児童生徒の実態を考慮した「学校給食摂取基準」を策定し、給食の提供を行っています。 ※都合により、献立を変更する場合があります。

※調味料は、アレルゲンのない「塩、こしょう、酢、酒、ローリエ、オレガノ、ナツメグ」は記載していません。

※調味料は、アレルケンのない「塩、こしょう、酢、酒、ローリエ、オレガノ、ナツメク」は記載していません。
※食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。また、加工食品の成分表や材料のグラム数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出く
「卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落在生)
「卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落在生) ※今月の地産地消の地域食材は、太字で表示しています。

7レルキーフリー 7レルキー特定原材料7品目 + 7レルキー準特定原材料21品目不使用 (7品目 + あわび、いか、いくら、ルンジ、キウイ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、豚肉、パナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、カシューナッツ、ごま、アーモント、ゼラテン)

エネルギー (kcal)

平均 501