令和2年度 1月給食予定献立表

岩国学校給食センター

ļ			1						<u> センター</u>
			2 12 23 2						エネルギー
\Box	曜	献立名	主に体をつくるもとになる		主に体の調子を整えるもとになる		主にエネルギーのもとになる		たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質
		ごはん					精白米 強化米		
		さばのゆずみそ煮	さば みそ 🗆 🛨 🗆			ゆず	砂糖		771 kcal
		紅白なます	[20]	E月献立	人参	大根	三温糖		29.4 g
8	金	雑煮	鶏肉		人参 小松菜	白菜かぶ	白玉		21.5 g
		(かまぼこ)	たい あじ たら		八多万四本	日来がら	でん粉		21.0 6
			120100125	牛乳			C70A)		
		生乳 ごはん		十孔			精白米 強化米		750 11
			三席 転内 キュフ		1 4 44 4	10/-/ T10* T1 ### 1 . T # 10/1-/		With ======	758 kcal
12	火	れんこん入り麻婆豆腐	豆腐 豚肉 赤みそ		人参葉ねぎ	れんこん 玉ねぎ 干し椎茸 しょうが にんにく	三温糖でん粉	米油ごま油	28.7 g
		ナムル			ほうれんそう 人参	もやし	三温糖	白ごま ごま油	21.8 g
		牛乳		牛乳					
		黒糖パン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉 黒砂糖		
		ポークビーンズ	豚肉 大豆		人参	玉ねぎ	じゃがいも 三温糖	米油	849 kcal
13	水	ゴマネーズサラダ			人参	とうもろこし キャベツ		白ごま 卵抜マヨネーズ	33.4 g
		(ちくわ)	すけとうたら ほき				でん粉 砂糖		27.2 g
		牛乳		牛乳					
		菜めし			広島菜 京菜 大根葉		砂糖 精白米 強化米		
		みそおでん	鶏肉 うずら卵 生揚げ 赤みそ 白みる	₹		大根	里芋 こんにゃく 三温糖		806 kcal
14	*	(ひじき天)	たい あじ たら	ひじき			砂糖		35.9 g
14	小	(ちくわ)	すけとうたら ほき				でん粉 砂糖		22.5 g
		かぶの甘酢和え	油揚げ		人参	かぶ	三温糖	白ごま	
		牛乳		牛乳					
\dashv		ごはん					精白米 強化米		
		チキンカレー	鶏肉	チーズ	人参	玉ねぎ にんにく	じゃがいも	米油	817 kcal
15	소	フィンカレー (カレールウ)	(C) (Box	1 ^	1	白菜 キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 砂糖 でん粉 さつまいも		28.2 g
, 5	21/	大根サラダ	まぐろ水煮		ほうれんそう	大根	三温糖		_
				上回	はりいんてり	/\TX	— / ⊞ ∱ő	白ごま 卵抜マヨネーズ	∠4.1 g
		牛乳		牛乳	<u> </u>	<u> </u>			
		ごはん	# # #	場産給食週間 1	8~22目		精白米強化米	1/2 4	
	_	れんこだいのから揚げ	れんこだい		T		じゃがいも でん粉	米油	831 kcal
18	月	水菜と大根の和え物		1	水菜 人参	大根	三温糖		28.3 g
		さつまいものみそ汁	豆腐 油揚げ 麦みそ	わかめ	葉ねぎ	玉ねぎ えのきたけ	さつまいも		21.2 g
		牛乳	, 4	牛乳					
		ごはん	3				精白米 強化米		
		親子煮	鶏肉卵・長州黒が	いしわ使用!	人参 葉ねぎ	干し椎茸 玉ねぎ	じゃがいも 三温糖	米油	784 kcal
	.1.	(はも入り天)	すけそうだら はも えそ	-			でん粉	油	32.7 g
19	火	ひじきの炒め煮	大豆	ひじき	人参 さやいんげん		三温糖	米油	18.4 g
		みかん			,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	みかん			
		牛乳		牛乳					
		コッペパン		脱脂粉乳			小麦粉 米粉		
		チキンのオーブン焼き	鶏肉	טיב נגא בונט ננו		にんにく	7,50,70,70	オリーブ油	750 kcal
20	٦k	ゆずきちサラダ			마사품 과품	キャベツ ゆずきち	三温糖		
20	小		60 = c		小松菜 水菜	1		米油	34.2 g
		玉子スープ	卵 豆腐	4 50	人参 葉ねぎ	白菜	でん粉		31.6 g
		牛乳		牛乳					
		ごはん					精白米 強化米		790 kcal
21	木	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 生揚げ		人参 さやいんげん		じゃがいも 三温糖 でん粉		28.6 g
	ľ	れんこんのきんぴら	豚肉		人参	れんこん	こんにゃく 三温糖	米油 白ごま ごま油	20.3 g
		牛乳		牛乳					
		ごはん					精白米 強化米		
		∞ 10 /m ±/							
22		のり佃煮		のり					808 kcal
22		のり佃煮 わかめうどん	鶏肉 油揚げ	のり わかめ	人参 葉ねぎ	玉ねぎ	うどん		808 kcal 29.6 g
- [わかめうどん	鶏肉 油揚げ すけそうだら はも えそ	_	人参 葉ねぎ	玉ねぎ	うどん でん粉	油	
J	金	わかめうどん		_	人参 葉ねぎ 水菜 人参	玉ねぎ		油 卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g
	金	わかめうどん (はも入り天)	すけそうだら はも えそ	_					29.6 g
	金	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え	すけそうだら はも えそ	わかめ	水菜 人参				29.6 g
	金	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳	すけそうだら はも えそ	わかめ	水菜 人参		でん粉		29.6 g
25	金	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮	すけそうだら はも えそ	わかめ 牛乳 学校給食週間 :	水菜 人参 25~29日	れんこん	でん粉 精白米 強化米 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal
25	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県	わかめ	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参	れんこん	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖		29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g
25	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉	わかめ 牛乳 学校給食週間 :	水菜 人参 25~29日	れんこん	でん粉 精白米 強化米 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal
25	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳	すけそうだら はも えそいわし 豆腐 白みそ 秋田県	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参	れんこん	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g
25	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 乳肉	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g
	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県 関肉	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理	でん粉 精白米 強化米砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米でん粉	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g
	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 乳肉	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ ±料理 れんこん ごぼう 干し椎茸	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 白ごま 米油 米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g
	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも侵 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 2 の郷土料理 牛乳 車用!	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理	でん粉 精白米 強化米砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米でん粉	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g
	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え 牛乳	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも侵 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ ±料理 れんこん ごぼう 干し椎茸	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 だったい 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 白ごま 米油 米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g
	金月	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え エッペパン	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも侵 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 2 の郷土料理 牛乳 車用!	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 おいたい 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 白ごま 米油 米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g
	金月火	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え コッペパン ブルーベリージャム	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも侵 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 おいたいち 三温糖 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま白ごま米油米油白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g
26	金月火	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンパーグのきのこソースがけ	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳 専用! ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 白ごま 米油 米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g
26 27	金月火水	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ)	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも使 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 3ィンラ 鶏肉 豚肉 大豆	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だんじゃく さといも 三温糖 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 砂糖 じゃがいも	卵抜マヨネーズ白ごま 白ごま 米油 米油 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g
26 27 全校	金月火水	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐	わかめ 牛乳 学校給食週間 : の郷土料理 牛乳 専用! ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま白ごま米油米油白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g
26 27 全校	金月火水	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 鶏肉 西京はも使 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 3ィンラ 鶏肉 豚肉 大豆	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 中乳 脱脂粉乳 シドの料理 牛乳 シドの料理	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だんじゃく さといも 三温糖 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 砂糖 じゃがいも	卵抜マヨネーズ白ごま 白ごま 米油 米油 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g
26 27 全校	金月火水	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐白みそ 秋田県 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 フィンラ 鶏肉 豚肉 大豆 さけ	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 中乳 脱脂粉乳 シドの料理 牛乳	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖 一小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも	卵抜マヨネーズ 白ごま台ごま米油米油米油米油米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g
26 27 全校	金月火水が	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ)	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐白みそ 秋田県 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 フィンラ 鶏肉 豚肉 大豆 さけ	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 ・ 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 三温糖 一小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも	卵抜マヨネーズ 白ごま台ごま米油米油米油米油米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g
26 27 全校 3年 ⁷	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 牛乳 ごはん さけの塩焼き	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県 ぬち 生揚げ 凍り豆腐 別肉 豚肉 大豆	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 時期! 中乳 脱脂粉乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 一小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも じゃがいも 小麦粉 でん粉 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま台ごま米油米油米油米油米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g
26 27 全校 3年 ⁷	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 牛乳 ごはん さけの塩焼き	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県 ぬち 生揚げ 凍り豆腐 別肉 豚肉 大豆	わかめ 牛乳 学校給食週間 の郷土料理 牛乳 ・ 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 一小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 砂糖 じゃがいも じゃがいも 小麦粉 でん粉 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g
26 27 全校 3年	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え エッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) キ乳 ごはん さけの塩焼き たくあん和え	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県 はも 生揚げ 凍り豆腐 変別 を表する ではもの はもの 生場が 凍り豆腐 をおり では では では は では では できます から 大豆 では できます から は できます から は できます から は もの 大豆 では しまり は もの 大豆 では しまり は もの は も	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 時期! 中乳 脱脂粉乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 一次 表粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも じゃがいも いっま粉 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま台ごま米油米油米油米油米油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g
26 27 全校 3年	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え エッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 牛乳 ごはん さけの塩焼き たくあん和え すいとん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 秋田県 ぬち 生揚げ 凍り豆腐 別肉 豚肉 大豆	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 時期! 中乳 脱脂粉乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも いを粉 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖 里芋	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g
26 27 全校 3年	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 上乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 上乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え エッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 上ケイット (シチュールウ) ま乳 ごはん さけの塩焼き たくあん和え すいとん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 親肉 はも 生揚げ 凍り豆腐 変われる ではも では はも はも はま はも はま	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 だまご餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 一次 表粉 米粉 水あめ 三温糖 じゃがいも じゃがいも いっま粉 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g
26 27 全校 3年	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 生乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 牛乳 ごはん さけの塩焼き たくあん和え すいとん (すいとん)	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 白みそ 親肉 はも 生揚げ 凍り豆腐 変われる ではも では はも はも はま はも はま	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 時期! 中乳 脱脂粉乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゅがいも い麦粉 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 キャッサバ	卵抜マヨネーズ 白ごま	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g
26 27 全校 3年 ⁷	金 月 火 水 し	わかめうどん (はも入り天) れんこんのごまマヨ和え 牛乳 ごはん いわしのみぞれ煮 白和え だまこ汁 牛乳 ごはん はものから揚げ おおひら ごま和え キ乳 コッペパン ブルーベリージャム ハンバーグのきのこソースがけ (ハンバーグ) ロヒケイット (シチュールウ) 牛乳 ごはん さけの塩焼き たくあん和え すいとん (すいとん) ・牛乳	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐白みそ 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 野肉 でさけ さけ さけ 造が	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 1料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ぶなしめじ 玉ねぎ 玉ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし 大根 白菜	でん粉 精白米 強化米 砂糖 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 だまこ餅 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米 でん かっといも 三温糖 小麦粉 米粉 水あめ 三温糖 じゅがいも いを粉 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 キャッサバ 精白米 強化米	卵抜マヨネーズ 白ごま 台ごま 米油 ・	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g 750 kcal 31.4 g 17.4 g
26 27 全校 3年7 28	金 月 火 水し 木	わかめうどん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 カステ	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参 ほうれんそう 人参 基国市の郷土料理	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ られぎ 白ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし 大根 白菜 玉ねぎ しょうが	でん粉 精白米 強化米砂糖 三温糖 だまご供 こんにゃく 三温糖 だまご供 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 小麦粉 水 がいま 三温糖 じゃがいも いま物 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 キャッサバ 精白米 強化米 バン粉 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 台ごま 米油油 台ごま 米油油油 台ごまごま油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g 750 kcal 31.4 g 17.4 g
27 全校 3年 ⁷ 28	金 月 火 水し 木	わかめうどん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐白みそ 鶏肉 西京はもは 鶏肉 生揚げ 凍り豆腐 野肉 でさけ さけ さけ 造が	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参 まうれんそう 人参 はうれんそう 人参 はうれんそう 人参 はうれんそう 人参 お参 はかられんぞう 人参 お参 はかられんぞう 人参 おかられんぞう 人参 ながられるぎ	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ ちねぎ 白ねぎ もやく 大根 白菜 エねぎ しょうが 大根 干し椎茸	でん粉 精白米 強化米砂糖 三温糖 だま 音白米 強化米でんにゃく 三温糖 一番 発化 大でんがこんにゃくさといも 三温糖 一次あめ 三温糖 じゃがいも いま 一番 でん粉 砂糖 一番 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 キャッサバ 精白米 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 神徳 一米 強化米 八三温糖	卵抜マヨネーズ白ごま 白 米油油 白 米油油 白 ボ油油 台 ボ油油 ・ ボ油 ・ ボース ・ ボース	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g 750 kcal 31.4 g 17.4 g 808 kcal 34.0 g
26 27 全校 3年7 28	金 月 火 水し 木	わかめうどん	すけそうだら はも えそ いわし 豆腐 西京はもの 現肉 はも 生揚げ 凍り豆腐 ブィンラ 鶏肉 豚肉 大豆 さけ 油揚げ 麦みそ くじら 豆腐 油揚げ	わかめ 中乳 学校給食週間 の郷土料理 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水菜 人参 25~29日 ほうれんそう 人参 人参 山口県・岩国市の郷 人参 ほうれんそう 人参 ほうれんそう 人参 基国市の郷土料理	れんこん だいこん ごぼう ぶなしめじ 干し椎茸 白ねぎ 土料理 れんこん ごぼう 干し椎茸 もやし ブルーベリー 玉ねぎ られぎ 白ねぎ 白ねぎ 白菜 キャベツ キャベツ 大根(たくあん) もやし 大根 白菜 玉ねぎ しょうが	でん粉 精白米 強化米砂糖 三温糖 だまご供 こんにゃく 三温糖 だまご供 こんにゃく 三温糖 精白米 強化米でん粉 こんにゃく さといも 三温糖 小麦粉 水 がいま 三温糖 じゃがいも いま物 でん粉 砂糖 精白米 強化米 三温糖 里芋 小麦粉 キャッサバ 精白米 強化米 バン粉 砂糖	卵抜マヨネーズ 白ごま 台ごま 米油油 台ごま 米油油油 台ごまごま油	29.6 g 19.4 g 765 kcal 28.4 g 17.4 g 841 kcal 34.6 g 25.7 g 839 kcal 33.2 g 28.1 g 750 kcal 31.4 g 17.4 g