







			※よくかんで食べまし	-		給食献立表		交・小学校(親子	- ・ 菊川)	コース
	+ D + A		主に体の組織を	:つくる 2群	主(3群	に体の調子を整える 4群	主にエネルギーになる 5群 6群		小学校	中学校
日	献立名	牛乳		牛乳・乳製品・ 小魚・海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん ・いも・砂糖	油脂類・種実類	エネルギー たんぱく質 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 食塩相当量
l K	ごはん マーボー豆腐 ビーフンサラダ	0	豆腐,豚肉,赤みそ,白みそ		にんじん,ねぎ にんじん	たまねぎ,しょうが,しいたけ きゅうり,もやし,スイートコーン	ごはん でんぷん,砂糖 ビーフン,砂糖	サラダ油,ごま油 ごま油	621 kcal 27.3 g 1.8 g	779 kcc 33.0 g 2.4 g
2 k	ごはん そぼろ煮 おかかごま酢あえ	0	牛肉,ちくわ,生揚げ		にんじんほうれんそう	たまねぎ,グリンピース キャベツ,切り干し大根	ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖	サラダ油	607 kcal 24.7 g	771 kcc 30.2 g
	ごはん 豚汁	-	阪内 生掲げ 老みそ		にんじんねぎ	だいこん.ごぼう	プ値 ごはん じゃがいも	サラダ油	1.2 g 564 kcal 22.6 g	704 kc 26.4 g
3	ひじきの炒め煮 県産納豆	0	角天 県産納豆	ひじき	にんじん,さやいんげん	727 270,218 7	しらたき,砂糖	サラダ油	2.5 g	3.0 g
	(十五夜・お月見) 今年は10	月6日	日が十五夜です。十五夜に	は、収穫した作物	をお供えし、月を愛て	でながらその年の収穫に感謝する習れ				
5	ごはん 白玉団子汁	4	かまぼこ,油揚げ		にんじん,ねぎ	だいこん,ごぼう,しいたけ	ごはん 白玉もち		600 kcal 21.6 g	750 kc 25.9 g
1	生揚げのみそ炒め お月見ゼリー	0	生揚げ,豚肉,麦みそ		にんじん,にら	たまねぎ,なす	砂糖お月見ゼリー	ごま,サラダ油	1.5 g	1.7 g
_	パン						パン		612 kcal	760 kc
7 と	ポークビーンズ	0	豚肉,大豆		にんじん	たまねぎ,グリンピース,エリンギ	じゃがいも	サラダ油	27.9 g	34.0 g
_	シーフードサラダ	-	まぐろ油漬け	わかめ		キャベツ,きゅうり,スイートコーン	砂糖ごはん	サラダ油	2.1 g	2.8 g
3	ごはん 豚玉どんぶり	_	豚肉,鷄卵		にんじん.ねぎ	しょうが,たまねぎ,ごぼう	しらたき,砂糖	サラダ油	581 kcal 24.3 g	736 kcc 29.5 g
K	アーモンドあえ	┨ॅ			ほうれんそう	キャベツ,もやし	砂糖	アーモンド	1.7 g	2.1 g
7	ごはん	T		_			ごはん		568 kcal	723 kc
ς.	うま煮	-	鶏肉,生揚げ	しらす干し,わかめ	にんじん,さやいんげん	ごぼう,たけのこ,しいたけ キャベツ,きゅうり,スイートコーン	じゃがいも,こんにゃく,砂糖 砂糖	サラダ油サラダ油	24.4 g	29.2 g
_	しらすサラダ (10/10:目の愛護(あいご) -	デー)	目の働きを助ける栄養の		 入れています。	キャベツ,さゅうり,スイートコーン	炒槽	サフタ油	1.6 g	1.8 g
_	ごはん	7	日の別でと切りる不扱。	75 0 000 0 40 77	1	I	ごはん	T	602 kcal	744 kc
0	ワンタンスープ		豚肉,かまぼこ		にんじん,にら	キャベツ,もやし,しいたけ	ワンタン皮		24.5 g	29.2 g
-	とりとレバーの甘辛煮	ľ	鶏肉,とりレバー竜田揚げ				でんぷん,砂糖	揚げ油,ごま	1.7 g	1.9 g
	ブルーベリーゼリー	<u> </u>					ブルーベリーゼリーパン		601 lead	720 lis
^	チョコビーンズ						チョコビーンズ		601 kcal 253 g	729 kc 30.5 g
	根菜のスープ	-0	鶏肉		にんじん,ねぎ	だいこん,たまねぎ,ごぼう	じゃがいも,でんぷん	サラダ油	2.2 g	3.0 g
	鯨のケチャップ炒め	1	鯨肉		にんじん,ピーマン	たまねぎ,たけのこ	砂糖	揚げ油,サラダ油		
	ごはん						ごはん		594 kcal	755 kc
5	いり豆腐	\Box	豆腐,豚肉,鶏卵,かまぼこ		にんじん	たまねぎ,グリンピース,しいたけ	砂糖	サラダ油,ごま油	28.6 g	34.8 g
(おかか佃煮オレンジ	Ĭ	かつおぶし	しらす干し,塩昆布		オレンジ	砂糖	ごま	2.0 g	2.4 g
_	ごはん	+				4000	ごはん		612 kcal	746 kc
,	なめこ汁	1	豆腐,油揚げ,赤みそ,白みそ	わかめ	ねぎ	なめこ,たまねぎ			27.4 g	31.8 g
5		0	V / 4 7 7°14 44							_
	さんまのみぞれ煮 大豆の五目煮	-	さんまみぞれ煮大豆,鶏肉		にんじん.さやいんげん	ごぼうしいたけ	こんにゃく,砂糖	サラダ油	2.6 g	3.1 g
		h ı		 入った秋の味覚 <i>性</i>		はんです。「柿のサラダ」は、柿とナ				
7 金		Ť	鶏肉,角天,油揚げ	T	にんじん	しめじ,しいたけ	アルファ化米,もち米	サラダ油	450 lines	710 ha
	秋の五目ごはん						さつまいも,砂糖		652 kcal	718 kcc
	ぶりフライ	_ 0	ぶりフライ			柿,だいこん,きゅうり		揚げ油マヨネーズ(卵なし)	23.9 g	25.6 g
	柿のサラダ					14,720,20,24,79		サラダ油	1.8 g	2.2 g
	減ごはん						ごはん		582 kcal	730 kc
	きつねうどん	\Box	鶏肉,油揚げ		にんじん,ねぎ	たまねぎ	県産うどん,砂糖		22.5 g	26.5 g
	子持ちししゃもの甘露煮	ļŤ	ししゃも甘露煮		こまつな,にんじん	4 % 1	TANK	サラダ油	2.3 g	3.0 g
	小松菜の煮びたし パン	+	角天		こまつな,にんしん	もやし	砂糖パン	サフタ油	626 kcal	790 kcc
		-	鶏肉	牛乳	にんじん	ごぼう,たまねぎ,とうもろこし		サラダ油	1	
						グリンピース			22.8 g	27.7 g
	ごぼうのクリームスープ	0					カレーポテトコロッケ	揚げ油サラダ油	2.4 g	2.9 g
	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ	0			15 / 10 /	+ 1. a*N + 1 2 11			1	
	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ		しつ母音の「おいっく」も	は田ナフ又ウデー	にんじん	キャベツ,きゅうり	砂糖	, , , , , , ,		
	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に		 山口県産の「だいこん」を 	使用する予定です		キャベツ,きゅうり		7 7 7 74	586 kgg!	742 bar
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ	は、	山口県産の「だいこん」 を 豆腐,油揚げ	・使用する予定でで		キャベツ,きゅうり だいこん,はくさい	ごはん さといも	サラダ油	586 kcal 23.9 g	742 kcc 28.9 g
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん			使用する予定です	r.		ごはん		586 kcal 23.9 g 1.8 g	
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら	は、	豆腐,油揚げ	使用する予定でで	r.		ごはん さといも しらたき,砂糖		23.9 g 1.8 g	28.9 g 2.4 g
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん	は、	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天	使用する予定です	にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん	サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kc
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物	は、	豆腐,油揚げいわしおかか煮		にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖	サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g
2	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物	it.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天	使用する予定です	にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん	サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kc
3	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物	it.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天		にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖	サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g
3	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物	lt.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天		にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖	サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g
2 :	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋	lt.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ		にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん でんぶん,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g
3	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん	lt.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ	しらす干し,わかめ	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g
3:	ごぼうのクリームスープ カレーボテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁	lt.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび		にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん でんぶん,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g
3:	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き	0 0	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生掲げ,麦みそ さば塩焼き	しらす干し,わかめ	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g
3:	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め	0	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生揚げ,表みそ さば塩焼き 豚肉	しらす干し,わかめ	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g 796 kc 36.3 g
3: 4: 7	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め	0	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生掲げ,麦みそ さば塩焼き	しらす干し,わかめ	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g 796 kc 36.3 g 3.4 g
3	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ		豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生揚げ,表みそ さば塩焼き 豚肉	しらす干し,わかめ	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,ねぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 砂糖 ごはん でんぷん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 1.4 g 29.7 g 2.8 g	28.9 g 2.4 g 740 kci 27.5 g 1.9 g 809 kci 26.0 g 1.7 g 796 kci 36.3 g 3.4 g
3: 4: 3	ごぼうのクリームスープ カレーボテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ		豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,火が,えび ・塩揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ギ、しめじを使った	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 1.8 g 1.8 g 1.8 g 1.5 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g 3.4 g
3: 4: 7	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん タキ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 黒糖パン 鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ		豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,れぎ	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ごはん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 36.3 g 3.4 g 748 kcc 30.1 g 30.0 g 747 kcc
3: 4: 7	ごぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 黒糖パン 鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ かぼちゃとひき肉のフライ		豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 駐 強肉 かぼちゃとひき肉のフライ	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ギ、しめじを使った	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ ンチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油 揚げ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g 3.4 g 748 kcc 30.1 g 3.0 g 747 kcc 25.6 g
2: 3: 4: 7	ごぼうのクリームスープ カレーボテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉の りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレービラフ カレービラフ カボラタグ	の の の シ の	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ギ、しめじを使った	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん てんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal	28.9 g 2.4 g 740 kci 27.5 g 1.9 g 809 kci 26.0 g 1.7 g 796 kci 36.3 g 3.4 g 748 kci 30.1 g 30.0 g 747 kci
3: 4: 7	でぼうのクリームスープ カレーボテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 鬼魅パシースサーム 、またり、このサラダ カレービラフ かぼちゃとひき肉のフライ 大根サラダ ヨーグルト	の の の シ の	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,いか,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 駐 強肉 かぼちゃとひき肉のフライ	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ギ、しめじを使った	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ ンチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ではん じゃがいも しゃがいも 砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油 揚げ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g 796 kc 36.3 g 3.4 g 748 kc 30.1 g 3.0 g 747 kc 25.6 g 2.8 g
2: 3: 7: 3:	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉をじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん なそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 鼠糖にシのギュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ かぼちゃとひき肉のフライ 大根サラダ ヨーグルト ごはん	の の の シ の	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 鮭 鶏肉 かぼちゃとひき肉のフライ まぐろ水煮	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,ねぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ にんじん にんじん にんじん	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン だいこん,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも 砂糖 ではん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g 2.2 g	28.9 g 2.4 g 740 kct 27.5 g 1.9 g 809 kct 26.0 g 1.7 g 796 kct 36.3 g 3.4 g 748 kct 30.1 g 3.0 g 747 kct 25.6 g 2.8 g
3: 4: 7	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 黒糖パン 鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ かぼちゃとか。フ カレーピラフ かぼちゃとか。フ カレーピラグルト ごはん 含め煮	の の の シ の	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 鮭 鶏肉 かぽちゃとひき肉のフライ まぐろ水煮	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ギ、しめじを使った	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン だいこん,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ではん じゃがいも しゃがいも 砂糖	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油,ごま油 揚げ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 661 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g 2.2 g 615 kcal 28.8 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g 3.4 g 748 kcc 30.1 g 747 kcc 25.6 g 2.8 g 763 kcc 34.0 g
8 4	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ではん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんびら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 黒糖パン 鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ かぼちゃとというでのサラダ カレーピラフ かぼちゃとからのカフライ 大根サラダ ヨーブルト ごはん 含め煮 県産たまご焼き	lt、	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 鮭 鶏肉 かぼちゃとひき肉のフライ まぐろ水煮	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ にんじん,ねぎ ねぎ にんじん,ピーマン ・ にんじん にんじん にんじん	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ シチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン だいこん,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも 砂糖 ではん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g 2.2 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g 3.4 g 748 kcc 30.1 g 3.0 g 747 kcc 25.6 g 2.8 g
2: 3: 4: 7: 3: 7:	でぼうのクリームスープ カレーポテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん 中華どんぶり 大学芋 ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 黒糖パン 鮭ときのこのシチュー 白菜とりんごのサラダ カレーピラフ かぼちゃとか。フ カレーピラフ かぼちゃとか。フ カレーピラグルト ごはん 含め煮	lt、	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 鮭 鶏肉 かぽちゃとひき肉のフライ まぐろ水煮	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ギ、しめじを使った にんじん にんじん,ピーマン	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ ンチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン だいこん,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ごはん じゃがいも 砂糖 ではん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 641 kcal 21.7 g 1.4 g 630 kcal 29.7 g 2.8 g 661 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g 2.2 g 615 kcal 28.8 g	28.9 g 2.4 g 740 kcc 27.5 g 1.9 g 809 kcc 26.0 g 1.7 g 796 kcc 36.3 g 3.4 g 748 kcc 30.1 g 747 kcc 25.6 g 2.8 g 763 kcc 34.0 g
	でぼうのクリームスープ カレーボテトコロッケ キャベツのサラダ (地場産給食) けんちん汁に ごはん けんちん汁 いわしのおかか煮 きんぴら ごはん 豚肉とじゃがいもの煮物 酢の物 りんご ごはん みそ汁 さばの塩焼き 切り干し大根のソース炒め (季節の料理) 「鮭ときのこ 一直菜とりんごのサラダ カレビシラフ カレビラフ カレビラフカルにちゃとしまりのフライ 大根サラダ ヨーグルト ごはん 県産たまご焼き 赤しそあえ	it.	豆腐,油揚げ いわしおかか煮 角天 豚肉,生揚げ 豚肉,小か,えび 生揚げ,麦みそ さば塩焼き 豚肉 チュー」は、この時期にま 鮭 鶏肉 かぽちゃとひき肉のフライ まぐろ水煮	しらす干し,わかめ わかめ いしい鮭やエリン 牛乳	にんじん,ねぎ にんじん,さやいんげん にんじん,さやいんげん にんじん,れぎ ねぎ にんじん,ピーマン ギ、しめじを使った にんじん にんじん,ピーマン	だいこん,はくさい ごぼう しょうが,たまねぎ キャベツ,きゅうり りんご キャベツ,たまねぎ,たけのこ,しいたけ たまねぎ,しめじ 切り干し大根,キャベツ ンチューです。 しめじ,エリンギ,たまねぎ,グリンピース はくさい,きゅうり,りんご たまねぎ,スイートコーン だいこん,きゅうり	ごはん さといも しらたき,砂糖 ごはん じゃがいも,砂糖 ではん でんぶん,砂糖 さつまいも,砂糖 ではん じゃがいも 砂糖 アルファ化米 ごはん じゃがいも	サラダ油 ごま,サラダ油 サラダ油 サラダ油	23.9 g 1.8 g 583 kcal 22.9 g 1.5 g 1.4 g 630 kcal 24.8 g 2.8 g 601 kcal 24.8 g 2.3 g 684 kcal 23.3 g 2.2 g 615 kcal 28.8 g 1.9 g	28.9 g 2.4 g 740 kc 27.5 g 1.9 g 809 kc 26.0 g 1.7 g 796 kc 36.3 g 3.4 g 748 kc 30.1 g 3.0 g 747 kc 25.6 g 2.8 g 763 kc 34.0 g 2.2 g

[★]学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口グループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。 ★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。 ★給食の実施日については、各学校で異なりますのでご注意ください。 ★しらす干しやちりめん、海そう類には、エビやカー等が混入する場合があります。アレルギーのある方はご注意ください。 ★揚げ油は、数回使用します(他の日と使い回ししています)。