

平成29年度 8・9月 きゅうしょくこんだてひょう

綾町立綾小学校

日 (曜)	こんだて	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料その他
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる	
8/28 (月)	なつやさいのカレー	ぎゅうにく	こめ おおむぎ こめあぶら	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす ピーマン さやいんげん トマト にんにく りんご	とりがらスープ しお こしょう カレーこ ソース しょうゆ ケチャップ
	フレンチサラダ		とうもろこし さとう	キャベツ きゅうり にんじん	しお こしょう す
	フレッシュパイン			フレッシュパイン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
29 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	やきビーフン	ぶたにく えび	ビーフン ごまあぶら	キャベツ にんじん たまねぎ にら	しょうゆ こしょう しお さけ
	フルーツしらたま		さとう しらたま	パイン みかんかん ももかん バナナ アロエ	
30 (水)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	チンジャオロース	ぎゅうにく	さとう ごまあぶら でんぶん	しょうが たけのこ にんじん ピーマン にんにく	しお しょうゆ オイスターソース
	キムチじる	ぶたにく とうふ みそ	こめ さとう	こんにゃく にんじん ごぼう はくさいキムチ キャベツ にら	しお にぼし コチジャン
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
31 (木)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	とりにくのレモンに	あじ	こめあぶら さとう	カラーピーマン たまねぎ きゅうり レモンじる	しお こしょう しょうゆ す
	かぼちゃのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ わかめ		かぼちゃ たまねぎ にら	にぼし
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
9/1 (金)	とりそぼろどん	とりにく たまご	こめ おおむぎ さとう でんぶん	にんじん たまねぎ しょうが えだまめ	しお しょうゆ みりん
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	わかめスープ	とうふ わかめ	ごま	えのきだけ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	しょうゆ にぼし
4 (月)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	かぼちゃのそぼろに	とりにく あつあげ	こめあぶら さとう	かぼちゃ たまねぎ にんじん しらたき しいたけ さやいんげん	しょうゆ しお さけ みりん
	せんぎりだいこんのすのもの	ちりめん だいず	さとう ごまあぶら ごま	きりぼし にんじん きゅうり	す しお しょうゆ
	しそこんぶ		こめ グラニューとう	こんぶ あおのり	しお
5 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	しおやきそば	ぶたにく ちくわ(魚肉 でん粉 塩 砂糖 ぶどう糖 みりん)	ちゅうかめん こめあぶら ごまあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン もやし レモンじる にんにく	しお こしょう
	だいずとこざかなのあげに	だいず にぼし ぎゅうにゅう	さつまいも こめこ さとう ごま		しょうゆ
6 (水)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	マロニースープ		でんぶん	たまねぎ ぶなしめじ しいたけ にんじん チンゲンサイ	しょうゆ さけ しお にぼし
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	こめあぶら	しょうが たまねぎ たけのこ ピーマン あかピーマン	さけ みりん しょうゆ しお こしょう
7 (木)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	からみとうふじる	とりにく とうふ みそ	ごまあぶら	にんじん えのきだけ にら	にぼし トウバンジャン しお しょうゆ
	さんましょうがに	さんま	さとう でんぶん みずあめ	しょうが	しょうゆ みりん しお
8 (金)	きゅうりのしおもみ			きゅうり にんじん	しお
	こめこパン		こめこパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	まめととりにくのたまとに	とりにく オリーブオイル	いんげんまめ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ キャベツ パセリ にんにく トマト	とりがら しお ぶどうしゅ こしょう
11 (月)	マカロニサラダ	まぐろ(ツナ)	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	きゅうり にんじん キャベツ とうもろこし	しお こしょう
	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とうふのちゅうかに	とうふ ぶたにく	ごまあぶら さとう でんぶん	キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ にら	しょうゆ しお
	もやしのちゅうかあえ	まぐろ(ツナ)	さとう ごまあぶら	もやし きゅうり キャベツ にんじん	しお す しょうゆ

12 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	トマトクリームスパゲティ	とりにく オリーブオイル クリーム ぎゅうにゅう バター	こめこ さとう	たまねぎ にんじん トマト ぶなしめじ にんにく	しお こしょう
	かいそうサラダ		さとう ごま ごまあぶら	かいそう キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし	しお す しょうゆ
13 (水)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	しらたまだんごじる	とうふ あぶらあげ	しらたま	にんじん ぶなしめじ こまつな ねぎ	しょうゆ しお にぼし さけ
	ゴーヤのおかかマヨいため	ぶたにく かつおぶし	こめあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	キャベツ にがうり えだまめ	す しお こしょう しょうゆ
14 (木)	おやこどん	とりにく たまご	こめ おおむぎ さとう	たまねぎ にんじん しいたけ ぶなしめじ ねぎ	しょうゆ しお みりん にぼし
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	りっちゃんサラダ	かつおぶし むてんかハム こんぶ	さとう ごまあぶら ごま	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし トマト	しお す みりん しょうゆ
15 (金)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	もずくのすましじる	とうふ		もずく えのきだけ ぶなしめじ ねぎ	しょうゆ かつおだし こんぶ
	さんまのかばやき	さんま	こめあぶら さとう ごま		しょうゆ しお みりん
	きゅうりのゆかりあえ		グラニューとう	きゅうり しそ	しお
19 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	にくうどん	ぎゅうにく	ちゅうりきこ さとう	にんじん しいたけ ねぎ	しお にぼし しょうゆ みりん
	わふうサラダ	ちくわ（魚肉 でん粉 塩 砂糖 ぶ どう糖 みりん） わかめ	さとう こめあぶら	にんじん キャベツ きゅうり レモンじる	しょうゆ
20 (水)	ハヤシライス	ぎゅうにく	こめ おおむぎ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ グリーンピース にんにく	とりがら しお しょうゆ こしょう ケチャップ ソース ワイン ※ハヤシルウ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ヨーグルトあえ	ヨーグルト		パインかん みかんかん ももかん パナナ アロエ	
21 (木)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	からあげ	とりにく	こめこ でんぶん	にんにく	しお こしょう しょうゆ
	はちはいじる	とうふ	でんぶん	しいたけ えのきだけ にんじん こんにゃく	しょうゆ かつおぶし しお こんぶ さけ
22 (金)	チキンライス	とりにく	こめ バター こめあぶら	たまねぎ エリンギ にんじん えだまめ	ケチャップ ソース しお こしょう
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	コーンスープ	ぎゅうにゅう		とうもろこし たまねぎ にんじん こまつな	しお ぶどうしゅ こしょう とりがら
	ツナマヨオムレツ ブロッコリー	ツナマヨオムレツ（とりにく マヨ ネーズ でんぶん さとう しお なたねあぶら）		ブロッコリー	しお
	れいとうみかん			みかん	
26 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ジャージャーめん	ぶたにく みそ	ちゅうかめん ごまあぶら	にんにく しょうが たけのこ しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ	しょうゆ しお トウガン ギャ ムスターソース こしょう ティンギャ
	パンバンジー	とりにく わかめ	ごま さとう	きゅうり にんじん	す しょうゆ からし
27 (水)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	あじそぼろごはんのぐ	あじ たまご	ごま さとう こめあぶら	えだまめ にんじん たまねぎ	しお しょうゆ みりん
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	かみなりじる	とりにく とうふ かまぼこ（すけ そうだら、でん粉、砂糖、塩、みり ん）	でんぶん こめあぶら	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	みりん しょうゆ にぼし
28 (木)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	ワントンスープ	むてんかベーコン	ちゅうりきこ	チンゲンサイ にんじん たまねぎ しいたけ いら	しお とりがら こしょう しょうゆ
	とりにくとひよこまめのソースいため	とりにく	さとう ひよこまめ	しょうが たけのこ たまねぎ にんじん ピーマン	しお さけ リース こしょう みりん
29 (金)	こくとうパン		こくとうパン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	やさいコロッケ ゆできゅうり	やさいコロッケ（じゃがいも たまねぎ キャベ ツ ねぎ しいたけ パン粉 さつまいも マッ シュポテト 塩 でん粉 なたね油 米粉 膨張 剤）		きゅうり	しお
	カレースープ	とりにく	マカロニ じゃがいも	キャベツ あかピーマン	とりがら こしょう カレーこ しょうゆ ぶどうしゅ しお