

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	きゅうにく	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	きゅうにゅう			
29 (火)	コッペパン		コッペパン		
	ぎゅうにゅう	きゅうにゅう			
	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	きゅうにく	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	きゅうにゅう			
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
	かぼちゃのみぞしる	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	きゅうにゅう			
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	きゅうにゅう			
	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	きゅうにゅう			
	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 だいす	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	きゅうにゅう			
	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
	だいすとこざかなのあげに	だいす 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	きゅうにゅう			
	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	きゅうにゅう			
	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
	さんましようがに	さんま	さとう でんぶん みすあめ	しょうが	しょうゆ みりん しお
	きゅうりのしおもみ			きゅうり にんじん	しお
8 (金)	こめこパン		こめこパン		
	ぎゅうにゅう	きゅうにゅう			
	まめととりにくのとまとに	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 バセリ にんにく トマト	とりがら しお ぶどうしゅ こしょう
	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
11 (月)	むぎごはん		こめ おおむぎ		
	ぎゅうにゅう	きゅうにゅう			
	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
13 (水)	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
	むぎごはん		こめ おおむぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
14 (木)	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 にほし 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 じょうゆ
	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 じょうゆ しお みりん にほし
15 (金)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	もずくのすまじる	とうふ		もずく えのきだけ ぶなしめじ ねぎ じょうゆ 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	
19 (火)	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
	コッペパン		コッペパン	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
20 (水)	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 にほし じょうゆ 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 じょうゆ
	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 グリンピース ににく じがら しお じょうゆ こしょう ケチャップ ソース ワイン ※ハヤシルウ
21 (木)	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	ににく しお こしょう じょうゆ
	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 じょうゆ 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 じゅわん 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 じがら
26 (火)	ツナマヨオムレツ プロッコリー	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
	コッペパン		コッペパン	
27 (水)	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	ににく しょうが たけのこ しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ じゅわん オイスターーリース こしょう テツメツヤツ
	パンパンジー	とりにく わかめ	ごま さとう	きゅうり にんじん す じょうゆ からし
28 (木)	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 じょうゆ みりん
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
29 (金)	かみなりじる	とりにく とうふ かまぼこ(すけ そだら、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 じょうゆ にほし
	むぎごはん		こめ おおむぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
29 (金)	ワンタンスープ	むてんかベーコン	ちゅうりきこ	チングンサイ にんじん たまねぎ しいたけ にら しお とりがら こしょう じょうゆ
	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	じょうが 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
	こくとうパン		こくとうパン	
29 (金)	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 ジャガイモ	キャベツ あかピーマン とりがら こしょう カレーこ じょうゆ ぶどうしゅ しお