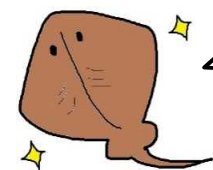
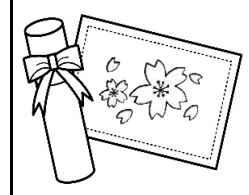


| 日曜 | 1日(金) | 4日(月) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) |
|---------------|--|--|---|---|--|--|---|---|---|--|
| こんだて | やきとりどんぶり ぶたじる 牛乳 | ごはん チンジャオロースー トック フルーツあんじん 牛乳 | ごはん ふりかけ アカエイの あまからあんかけ いものこじる 牛乳 | くるくるパン ひじきスパゲッティ ブロッコリーのマリネ 牛乳 | そばろごはん ごはん そばろいため あつやきたまご にらのみそしる 牛乳 | ごはん やまとに キャベツのそくせきづけ 牛乳 | こめこの ポークカレーライス なのはなサラダ (ドレッシング クラス1本) 牛乳 | ぶたどんぶり けんちんじる きよみオレンジ (1/4個) 牛乳 | ツナサンド (せわりコッペパン) ツナソテー (スライスチーズ) ポトフ 牛乳 | せきはん ごましお おいわいコロック こまつなのあえもの あかだし さくらのゼリー 牛乳 |
| こんだてのさいりょう(g) | こめ 70 □ とり肉 35 ○ たまねぎ 30 △ さやいんげん 10 △ にんじん 10 △ しろねぎ 3 △ サラダ油 0.5 □ 濃口しょうゆ 4 砂糖 1 □ みりん 0.5 酒 1 塩 0.1 こしょう 0.01 でんぷん 0.3 水 5 ぶた肉 20 ○ とうふ 25 ○ あぶらあげ 3 ○ たまねぎ 20 △ つきこんにゃく 10 △ にんじん 10 △ あおねぎ 3 △ みそ 11.5 ○ けずりぶし 2.5 水 110 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ ぶた肉 35 ○ ピーマン 15 △ たけのこ 15 △ にんじん 15 △ サラダ油 0.5 □ 濃口しょうゆ 2.5 酒 0.6 オイスターソース 0.25 砂糖 0.15 □ でんぷん 0.5 □ トック 30 □ とり肉 15 ○ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ あおねぎ 3 △ 淡口しょうゆ 4 濃口しょうゆ 0.5 塩 0.3 こしょう 0.01 ジンジャーパウダー 0.01 とりがらスープ 140 水 40 □ フルーツあんじん 40 □ 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ ふりかけ (おこめとやさい) 2.7 □ アカエイのからあげ (兵庫県産) 50 ○ 天ぷら油 5 □ たまねぎ 10 △ にんじん 5 △ サラダ油 0.2 □ 濃口しょうゆ 4 砂糖 3 □ みりん 2 酒 1 でんぷん 0.2 □ 水 5 さといも 25 □ とり肉 15 ○ とうふ 30 ○ たまねぎ 20 △ しめじ 10 △ にんじん 10 △ あおねぎ 3 △ 淡口しょうゆ 5 酒 0.2 でんぷん 1.5 □ けずりぶし 2.5 水 105 牛乳 1本 ○ | くるくるパン 40 □ スパゲッティ 33 □ 干しひじき 1 ○ ベーコン (バラ) 20 ○ ひらてん 10 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ とうもろこし 10 △ さやいんげん 5 △ サラダ油 1 □ 砂糖 1.5 □ 淡口しょうゆ 5 ブロッコリー 30 △ たまねぎ 10 △ アップルピネガー 1.2 オリーブ油 0.5 □ 砂糖 0.5 □ 塩 0.2 こしょう 0.01 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ ぶたひき肉 20 ○ むきえだまめ 5 △ にんじん 5 △ 砂糖 1 □ 濃口しょうゆ 0.7 酒 0.5 あつやきたまご 50 ○ にら 3 △ とり肉 15 ○ あつあげ (ミニ) 15 ○ じゃがいも 10 □ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ えのきたけ 10 △ みそ 11.5 ○ けずりぶし 2.5 水 140 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ 牛肉 40 ○ ひらてん 25 ○ じゃがいも 50 □ こんにゃく 35 △ にんじん 25 △ サラダ油 1 □ 砂糖 3 □ 濃口しょうゆ 4 淡口しょうゆ 3 ジンジャーパウダー 0.2 水 50 キャベツ 20 △ たくあんづけ 12 △ 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ ぶた肉 35 ○ じゃがいも 50 □ たまねぎ 50 △ にんじん 15 △ トマト 10 △ グリーンピース 5 △ サラダ油 1 □ こめこ 4.7 カレー粉 0.3 ウスターソース 4.5 アップルソース 3 △ トマトケチャップ 1 塩 1 赤ワイン 1 濃口しょうゆ 0.4 ジンジャーパウダー 0.3 砂糖 0.2 乾燥にんにく 0.1 ぶたがらスープ 60 なのはな 10 △ キャベツ 20 △ とうもろこし 5 △ ドレッシング (和風) 5 牛乳 1本 ○ | こめ 70 □ ぶた肉 35 ○ たまねぎ 30 △ いとこんにゃく 15 △ にんじん 10 △ しろねぎ 3 △ サラダ油 0.5 □ 砂糖 1.5 □ 濃口しょうゆ 4 酒 0.5 とり肉 15 ○ かまぼこ 10 ○ とうふ 40 ○ あぶらあげ 3 ○ にんじん 10 △ ごぼう 10 △ あおねぎ 3 △ 淡口しょうゆ 6 酒 0.2 でんぷん 1.5 □ けずりぶし 2.5 水 135 牛乳 1本 ○ | コッペパン 50 □ ツナ 20 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 5 △ サラダ油 0.2 □ 塩 0.1 こしょう 0.01 スライスチーズ 15 ○ チキンフランク 15 ○ じゃがいも 50 □ たまねぎ 40 △ だいこん 20 △ キャベツ 20 △ にんじん 15 △ セロリ 1 △ サラダ油 1 □ 塩 1 こしょう 0.01 とりがらスープ 135 水 50 牛乳 1本 ○ | せきはん 70 □ ごま塩 (小袋) 0.5 □ おいわいコロック 50 □ 天ぷら油 5 □ こまつな 25 △ にんじん 5 △ 淡口しょうゆ 1.2 砂糖 0.2 □ とり肉 15 ○ とうふ 30 ○ あぶらあげ 3 ○ だいこん 25 △ えのきたけ 15 △ あおねぎ 3 △ 赤みそ 10 ○ けずりぶし 2.5 水 135 さくらのゼリー 50 □ 牛乳 1本 ○ |
| | I補給-/たんぱく質 563kcal 25.1g | I補給-/たんぱく質 604kcal 23.9g | I補給-/たんぱく質 580kcal 25.5g | I補給-/たんぱく質 641kcal 24.0g | I補給-/たんぱく質 568kcal 27.2g | I補給-/たんぱく質 572kcal 23.8g | I補給-/たんぱく質 567kcal 21.1g | I補給-/たんぱく質 549kcal 26.4g | I補給-/たんぱく質 568kcal 24.0g | I補給-/たんぱく質 624kcal 22.4g |



今日は、兵庫県産のアカエイを使用した「アカエイの甘辛あんかけ」です♪食感や風味を楽しんでくださいね。



そつきょう いわ こんだて
卒業お祝い献立

牛乳1本・・・206g ※パンは小麦粉重量で表示しています。 ○：赤色の食品・・・体をつくるものになるもの □：黄色の食品・・・熱や力になるもの △：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

※学校給食こんだてひょうに関してのお問い合わせは、第1センター：782-0400、第2センター：779-6355までご連絡ください。 ◎各校の行事予定などにより欠食日は異なります。
◎学校給食センターのホームページを開設しています。伊丹市のホームページ、または【伊丹市立学校給食センター】で検索していただくとご覧いただけます。

給食メニューで人気の「ビビンバ」
「わかめスープ」を動画で
発信しています!!
QRコードでアクセス!!

