令和
8年度

掲示用　きゅうしょくこんだてひょう（小学校）

白鷹町学校給食共同調理場

日	曜日	料理名	調理場からおしらせ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	ｴﾈﾙｷﾞｰ[kcal]	蛋白質[g]
2	月	ごはん・ぎゅうにゅう・とりにくのごまごまやき・切干だいこんに・にらたまじる		ぎゅうにゅう・とりにく・あぶらあげ・さつまあげ・とうふ・たまご・かまぼこ	ごはん・さとう・ごま・こんにゃく・かたくりこ	しょうが・きりぼしだいこん・にんじん・にら	655	29.7
4	水	コッペパン・ぎゅうにゅう・かぼちゃのひきにくフライ・キャベツとブロッコリーのコールスローサラダ・コンソメスープ	むむっ あのものが まいるぞ…	ぎゅうにゅう・かぼちゃのひきにくフライ・ハム・ベーコン	パン・こめあぶら・ドレッシング・マカロニ	キャベツ・にんじん・ブロッコリー・ホールコーン・たまねぎ・こまつな	643	21.4
5	木	ごはん・ぎゅうにゅう・ポークカレー・ウインナー・ポパイサラダ	ウインナー 小２本　中３本	ぎゅうにゅう・ぶたにく・オムレツ・ツナみずに	ごはん・あぶら・じゃがいも・カレールウ・さとう・ごまあぶら・ごま	たまねぎ・にんじん・にんにく・りんご・ほうれんそう・キャベツ・ホールコーン	653	22.6
6	金	ごはん・ぎゅうにゅう・かつおとだいずのみそがらめ・こまつなとしめじのおひたし・なめこのみぞれしる		ぎゅうにゅう・かつお・だいず・とうふ・にぼしこ	ごはん・かたくりこ・こめあぶら・さとう・ごま	にんにく・しょうが・こまつな・もやし・しめじ・なめこ・ねぎ・だいこん	643	29.6
9	月	ごはん・ぎゅうにゅう・とりからあげ・ちゅうかサラダ・華風コーンスープ・アセロラゼリー	東根小リクエスト	ぎゅうにゅう・とりにく・ハム・たまご	ごはん・さとう・かたくりこ・こめあぶら・はるさめ・あぶら・ごまあぶら・ゼリー	しょうが・にんにく・もやし・にんじん・きゅうり・ホールコーン・ねぎ	758	29.1
10	火	ごはん・ぎゅうにゅう・いかのしょうがやき・白菜のとろみいため・緑黄色やさいのみそしる		ぎゅうにゅう・いか・とにりく・ちくわ・にぼしこ	ごはん・さとう・ごまあぶら・かたくりこ	しょうが・はくさい・にんじん・こまつな・たまねぎ・ホールコーン・ほうれんそう・かぼちゃ	561	26.6
11	水	黒糖食パン・ぎゅうにゅう・チキンナゲット・じゃがいものチーズに・ベーコンとキャベツのスープ・ブルーベリー＆マーガリン	ナゲット 小２ヶ　中３ヶ	ぎゅうにゅう・チキンナゲット・ベーコン・チーズ	パン・じゃがいも・あぶら・(QP)ブルーベリー＆マーガリン	ホールコーン・たまねぎ・にんじん・グリンピース・キャベツ・しめじ	720	25.8
12	木	ごはん・ぎゅうにゅう・富岡義勇のさけだいこん・カミカミサラダ・五目スープ		ぎゅうにゅう・さけ・こんぶ・とりにく・ぶたにく	ごはん・かたくりこ・こめあぶら・さとう・マヨネーズ・ごまドレッシング・はるさめ	だいこん・にんじん・ねぎ・ごぼう・キャベツ・メンマ	618	23.2
13	金	わかめごはん・ぎゅうにゅう・ちゅうか風あつやきたまご・キャロットサラダ・だいこんとぶたひきにくのスープ	蚕桑小６年生 バイキング給食	わかめ・ぎゅうにゅう・あつやきたまご・ツナ・ぶたにく	ごはん・マカロニ・あぶら・さとう・じゃがいも・かたくりこ	にんじん・レモン・しょうが・だいこん	592	21.9
16	月	ごはん・ぎゅうにゅう・さんま南蛮づけ・青菜と切干だいこんのごまあえ・もずくとたまごのスープ		ぎゅうにゅう・さんま・もずく・とうふ・かまぼこ・たまご	ごはん・こめあぶら・さとう・ごま・かたくりこ	ねぎ・ほうれんそう・にんじん・もやし・きりぼしだいこん	615	22.9
17	火	ごはん・ぎゅうにゅう・ソースがしみしみとんかつ・きりこんぶに・かぶと厚あげのみそしる・マスカットゼリー		ぎゅうにゅう・ロースカツ・こんぶ・さつまあげ・あぶらあげ・あつあげ・にぼしこ	ごはん・こめあぶら・さとう・こんにゃく・あぶら・ゼリー	ごぼう・にんじん・かぶ・えのきたけ	636	21.5
18	水	やまこめもっちりコッペパン・ぎゅうにゅう・チキンのフレークやき・トッピングごぼうのフレンチサラダ・パンプキンスープ		ぎゅうにゅう・とりにく・チーズ1k・ハム・スキムミルク	パン・マヨネーズ・パンこ・コーンフレーク・こめあぶら・さとう・ホワイトソース	ごぼう・キャベツ・ブロッコリー・ホールコーン・かぼちゃ	868	42.0
19	木	ごはん・牛乳・中華丼・にくシューマイ・キャベツの塩こんぶ和え	シューマイ 小２ヶ　中３ヶ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・いか・えび・シューマイ・しおこんぶ	ごはん・あぶら・かたくりこ・ごまあぶら・ごま	しょうが・たまねぎ・にんじん・はくさい・チンゲンサイ・キャベツ・きゅうり	589	25.2
20	金	ごはん・ぎゅうにゅう・さっくりメンチカツ・はるさめのごまいため・だいこんとえのきだけのみそしる	荒砥小のみ実施	ぎゅうにゅう・メンチカツ・ぶたにく・とうふ・にぼしこ	ごはん・こめあぶら・はるさめ・あぶら・ごまあぶら・ごま	こまつな・キャベツ・にんじん・しょうが・だいこん・えのきたけ	646	19.9
24	火	かきあげうどん・ぎゅうにゅう・炒りどうふ・白鷹のりんご		ぎゅうにゅう・あぶらあげ・ひじき・とうふ	かきあげ・こめあぶら・うどん・あぶら・さとう・ごま・ごまあぶら	ねぎ・ごぼう・にんじん・ほししいたけ・りんご	548	18.3
25	水	山形県産米粉食パン・ぎゅうにゅう・たまごサンドの具・県産大豆のﾂﾅｻﾗﾀﾞ・ミネストローネ		ぎゅうにゅう・たまご・ハム・だいず・チーズ・ツナ・ベーコン・ひよこまめ	こめこパン・マヨネーズ・さとう・あぶら・マカロニ・じゃがいも・オリーブオイル	キャベツ・きゅうり・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・セロリ・にんにく	783	29.4
26	木	つや姫塩おにぎり・ぎゅうにゅう・根菜入り平つくね・白鷹のおみづけ・とうふのみそしる・山形県産ヨーグルト	しんまいをおもいっきりあじわおう【つやひめおにぎりきゅうしょく】	ぎゅうにゅう・こんさいいりひらつくね・冷凍豆腐サイコロカット・あぶらあげ・にぼしこ・ヨーグルト	ごはん	ほうれんそう	677	23.5
27	金	ごはん・ぎゅうにゅう・コーンコロッケ・五色なっとう・白鷹産さといものとんじる・オレンジ		ぎゅうにゅう・ハム・チーズ・のり・かつおぶし・なっとう・ぶたにく・とうふ	ごはん・コーンコロッケ・こめあぶら・さといも・こんにゃく・さとう	ほうれんそう・にんじん・だいこん・ごぼう・ねぎ・にんにく・オレンジ	682	27.1
30	月	ごはん・ぎゅうにゅう・チーズインハンバーグ・くきわかめとえだまめのサラダ・あさりのみそしる・おかかふりかけ		ぎゅうにゅう・チーズインハンバーグ・くきわかめ・ハム・あさり・とうふ・にぼしこ	ごはん・あぶら・さとう	えだまめ・きゅうり・にんじん・ホールコーン・ねぎ	608	24.5