

1 かつのこんだてひょう

給食のめあて：感謝して食べよう。

喜多方市立駒形小学校

日	曜日	こんだてめい			あか からだを つくる 	みどり からだの ちょうしを ととのえる 	き ねつや ちからに なる 	エネルギー 脂質 塩分
		主食	おかず	牛乳				
1/9	水	豚キムチ丼	かきたま汁 ポリポリづけ	○ 牛乳 とうふ 卵 ぶた肉 さば節	にら 人参 こまつな のざわな キムチづけ はくさい きりぼし大根	米 かたくりこ ごま ごま油	648 18.0 2.6	
1/10	木	コッペパン	白菜のクリームに イタリアンサラダ ジャム りんご	○ 牛乳 ソーセージ と り肉 チーズ 低脂肪乳	人参 ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 キャベツ きゅうり パイン缶 りんご	さつまいも ジャム パン 小麦粉 三温糖 米ぬか油 バター	660 24.8 3.1	
1/11	金	ごはん	白菜わかめ汁 さばのカレーあげ うのはなのいり煮	○ 牛乳 さば おから さ つまあげ みそ 油 あげ わかめ	人参 ほししいたけ れんこん はくさい えだまめ ねぎ	米 かたくりこ 三温糖 米ぬか油 じゃがいも	686 24.0 3.1	
1/15	火	塩川初市のため午前中で下校になります。						
1/16	水	ごはん	まつかぜやしき ざくざく煮 紅白なます	○ 牛乳 油あげ 卵 とり肉 みそ にぼし	にんじん だいこん ごぼう えだ豆 玉ねぎ れんこん	米 こんにやく さといも ごま パンこ 三温糖	646 18.1 2.8	
1/17	木	ツナサンドパン	ポトフ フレンチサラダ	○ 牛乳 まぐろ缶 ハム うずら卵 ウインナー	人参 さやえんどう 玉ねぎ ブロッコリー きゅうり コーン 大根 キャベツ みかん缶	パン じゃがいも きび糖 米ぬか油 マヨネーズ	646 26.9 2.6	
1/18	金	ごはん	あらまきざけのしおやき だんご汁 ごまあえ あじつかけり	○ 牛乳 さけ 油あげ のり	こまつな にんじん ほうれんそう だいこん ほししいたけ キャベツ	米 白玉だんご ごま きび糖	612 14.9 3.0	
1/21	月	ごはん	車ふミートグラタン 白菜と春雨スープ キャベツのツナマヨネーズあえ	○ 牛乳 ぶた肉 まぐろ缶 チーズ	人参 こまつな 玉ねぎ トマト缶づめ ほししいたけ 白菜 きゅうり キャベツ	米 マヨネーズ はるさめ 車ふ	637 19.3 2.6	
1/22	火	クリーム スープス パゲティ	海草サラダ りんご	○ 牛乳 かまぼこ とり肉 クリーム 海草 わかめ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ エリンギ キャベツ コーン きゅうり マッシュルーム	米ぬか油 じゃがいも 三温糖 こんにやく めん バター ごま油	642 16.9 2.5	
1/23	水	根菜 カレー ライス	白菜とリンゴのサラダ みかん	○ 牛乳 とり肉	人参 みかん 玉ねぎ 大根 れんこん えだ豆 はくさい きゅうり みかん	米 じゃがいも 小麦粉 三温糖 米ぬか油 バター	653 19.7 2.6	
1/24	木	あげ パン	うどん汁 ひきないり ブロッコリーおかかあえ	○ 牛乳 なんと 油あげ きなこ かつおぶし	人参 ほうれんそう ねぎ ほししいたけ 大根 ブロッコリー	パン 米ぬか油 うどん 三温糖	653 27.4 3.2	
1/25	金	ごはん	こづゆ ごまみそあえ 会津の天ぷら	○ 牛乳 貝柱 みそ ちくわ にしん	きくらげ ほうれんそう こまつな ほししいたけ 人参 きくらげ キャベツ	米 さといも しらたき ふ まんじゅう 薄力粉 三温糖 米ぬか油 ごま	675 18.2 2	
1/28	月	ごはん	おでん ごまあえ なっとう(ずきんはずし)	○ 牛乳 さつまあげ ちくわ うずら卵 なっとう こんぶ	人参 ほうれんそう 大根 のざわな キャベツ たくあん	米 きび糖 ごま こんにやく さといも	641 17.8 3.1	
1/29	火	きのこ うどん	さんまのカレーたつた あげ のりずあえ ゼリー	○ 牛乳 油あげ のり さんま なんと まぐろ缶づめ	人参 ほうれんそう ねぎ しいたけ なめこ もやし コーン	めん 三温糖 米 油 ゼリー	718 26.2 2.8	
1/30	水	菜めし	しみどうふいりぞう煮 イカ人参 あつやき卵	○ 牛乳 卵 とり肉 なんと するめ こおりどうふ	人参 大根 ねぎ こまつな えだ豆	米 しらたまもち 上白糖 さといも	615 16.9 3.2	
1/31	木	コッペ パン	肉だんごと青菜のスープ 卵サラダ みかん	○ 牛乳 卵 とり肉 ぶた肉	コーン こまつな きゅうり ねぎ ほししいたけ 玉ねぎ 人参 キャベツ みかん	パン マヨネーズ かたくりこ	619 27.4 2.9	



サンマルちゃん

小正月の献立

だんごさし

なつかしい給食



みんべえ

浜通り地方献立

中通り地方献立

みんべえ



- 11日(金) … サンマルちゃん献立
- 16日(水) … 小正月の献立
- 18日(金) … 団子さしの献立 ～ 団子汁
- 24日(木) … 昔人気献立 ～ もちろんあげパン!
- 25日(金) … 大好き喜多方の日献立 ～ こづゆ、会津の天ぷらがです。
- 29日(火) … 浜通りの献立 ～ きのこうどんやさんま、のりなどがです。
- 30日(水) … 中通りの献立 ～ イカ人参や凍み豆腐いり雑煮がです。