



# こんだてよていひょう

平成23年度(2011年) 八王子市立元八王子小学校

日付		の お も の	こんだてめい	おもていひょうめい			Total kcal
				おつやちから になるもの	ちやにくに なるもの	かみだのちやうしき ととのえるもの	
7	木		かんい きゅうしょく パン・くだもの (カレースープ煮)	停電が回避された場合には、( )のおかず がつきます			
8	金		かんい きゅうしょく パン・くだもの (ポークビーンズ)	停電が回避された場合には、( )のおかず がつきます			
11	月		ごもくろまにどん・だいずのあげに コーンとたまごのスープ	七分づき米・油 味噌・ごま	大豆・いか・卵 えび・かき揚げ 豚肉・牛乳	さやえんどう・はくさい たけのこ・たまねぎ・コーン クリームコーン・にんじん・おぎ	706kcal 31.1g
12	火		きびごはん・くさわかめのしょうがいため あつやきたまご・だいこんのみそしる	七分づき米・油 きび・ごま	油揚げ・みそ 豚肉・卵・牛乳 くさわかめ	だいこん・たまねぎ・にんじん 干しいたけ・しょうが	626kcal 24.8g
13	水		きんぴらサンド・にくだんごスープ くだもの	パン・ごま・油	豚肉・牛乳	たまねぎ・にんじん・ごぼう しょうが・おぎ・しめじ	643kcal 21.2g
14	木	一年生 開始	ドライカレー・やさいスープ きゅうりのピクルス	七分づき米・油 味噌・バター ごま	豚肉・牛乳 ベーコン	グリーンピース・きゃべつ・パセリ きゅうり・レタス・コーン にんじん・レーズン	643kcal 21.2g
15	金		マーボーどん・はるさめスープ わかめのにんにくいため	七分づき米・油 ごま・味噌	はるさめ・豆腐 みそ・豚肉 わかめ・牛乳	しょうが・にら・にんじん にんにく・おぎ・ほうれんそう	627kcal 22.7g
18	月		なのはなごはん・みそしる あげささみのしモンに・くだもの	胚芽米・味噌 油・じゃがいも	豆腐・油揚げ みそ・ささみ 卵・牛乳・わかめ	ごまつな・だいこん・にんじん おぎ・レモン	606kcal 26.5g
19	火		えんどうごはん・とんじる いかのにも・ポテトサラダ	胚芽米・油 じゃがいも	豆腐・みそ 豚肉・ハム 牛乳・いか	グリーンピース・ごぼう・おぎ だいこん・たまねぎ・コーン にんじん・フロッコリー	558kcal 17.3g
20	水		うめわかごはん・きのこじる さわらのたつたあげ・くだもの	胚芽米・油 ごま・でんぶ	ちりめんじゃこ さわら・鶏肉 牛乳・わかめ	ごまつな・うめぼし・たまねぎ えのきだけ・きくらげ しいたけ・厚んしめじ	620kcal 26.2g
21	木		ごはん・アーモンドふりかけ にくじゃが・だいずもやしのナムル	胚芽米・味噌 油・アーモンド ごま・じゃがいも	豚肉・牛乳	いんげん・たまねぎ・にんじん 大豆もやし	651kcal 21.9g
22	金		にんじんごはん・さばのみそに わかたけじる・くだもの	胚芽米・ごま 味噌	油揚げ・みそ さば・牛乳 わかめ	しょうが・たけのこ・にんじん おぎ	663kcal 24.9g
25	月		じゃこごはん・とうふハンバーグ きゃべつのみそしる・ミニトマト	七分づき米・油 バター・ごま	豆腐・油揚げ みそ・豚肉・卵 じゃこ・牛乳	きゃべつ・ごまつな・おぎ たまねぎ・トマト	647kcal 31.0g
26	火		たけのこごはん・かきたまじる いかのかりんとあげ・くだもの	七分づき米・油 味噌・でんぶ	豆腐・油揚げ いか・鶏肉 卵・牛乳	ごまつな・たけのこ・しょうが たまねぎ・にんじん	597kcal 24.5g
27	水		バターロール・サーモンポテトグラタン ミネストローネスープ	パン・マカロニ じゃがいも・油	豆腐・鶏肉・牛乳 ベーコン チーズ	いんげん・たまねぎ・にんじん コーン・ホールトマト	672kcal 27.8g
28	木		ししじゅうし・とうふのみそしる しんじゃがアーモンド・くだもの	七分づき米・油 味噌・バター アーモンド	豆腐・油揚げ みそ・豚肉 牛乳・昆布	しょうが・だいこん・にんじん おぎ	616kcal 19.7g

4がつのきゅうしょくもくひょう・・・じょうずにきゅうしょくのようにいしょう

今月のくだもの・・・清美オレンジなどのかんきつ類、フルーツの缶詰などを予定しています。

ご入学・ご進級おめでとうございます

かわいい一年生を迎えて、新学期がスタートしました。

今年度もおいしくて安全な給食を心を込めて作りたと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

ご意見、ご質問などありましたら、事務室前の「ぼっくんポスト」に手紙を入れてください。

栄養士・・・原 麻岐 給食室・・・株式会社 グリーンランド

給食費について・・・口座振替による支払いは、5月から始めさせていただきます。

詳しくは後日配布する別紙「平成23年度学校給食費の口座振替について」をご覧ください。

計画停電が予定されている日には、簡易給食を実施いたします。7日、8日以降の給食につきましても、停電が予定されている日には簡易給食で対応いたします。簡易給食はパンの献立ですが、2日前までに停電が回避された場合は、できる限り通常の米飯の献立に戻して実施できるように努力いたします。詳しくは別紙をごらんください。