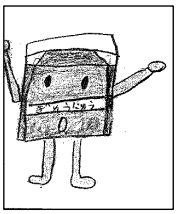

渡小1年(旧)
みずしのせいらさんの作品

８・９月給食献立カレンダー

球磨村学校給食共同調理場　H29.8.9.

やさいをたべて　けんこうなからだになろう
入れたかな　元気のスイッチ　朝ご飯
牛乳を　もっと増やして　５００ｍｌ

渡小学校　１年（旧）　舟戸　あいり
一勝地小学校　５年（旧）　那良　昴
球磨中学校　１年（旧）　那須　篤弥

一勝地小4年(旧)
谷口りずむさんの作品

	月	火	水	木	金
こんだて	**28** 梨ヨーグルト ナン　ひき肉のカレー	**29** ハンバーグ ソテー 麦ごはん　かぼちゃのみそ汁	**30** ゴーヤチャンプルー 麦ごはん　すきやき風煮	**31** なすのミートグラタン マーシャルビーンズ コッペパン　ラビオリスープ	**1** さんま甘露煮 おひたし 麦ごはん　かきたま汁
あかき	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく ぶたにく　ヨーグルト	ぎゅうにゅう　ハンバーグ あげ　みそ	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく　ぶたにく　とうふ あつあげ　てんぷら　ぶたにく　たまご　かつおぶし	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく ぶたにく　チーズ	ぎゅうにゅう　とりにく　たまご さんま
みどり	ナン　じゃがいも あぶら	こめ　むぎ あぶら	こめ　むぎ　さとう しらたき　あぶら	コッペパン　ラビオリ　じゃがいも マーシャルビーンズ　あぶら	こめ　むぎ　でんぷん　さとう
アレルギー対応	たまねぎ　にんじん　なす　りんご グリンピース　マッシュルーム　にんにく なし	たまねぎ　かぼちゃ　えのき ねぎ　ほうれんそう　えだまめ あまながとうがらし　コーン	たまねぎ　にんじん　しいたけ　ねぎ キャベツ　もやし　ゴーヤ	たまねぎ　にんじん　キャベツ　えのき パセリ　なす　しめじ　にんにく	たまねぎ　にんじん　しいたけ　ねぎ ほうれんそう　もやし
小	エネルギー　556kcal　たんぱく質　22.8ｇ	エネルギー　628kcal　たんぱく質　26.5ｇ	エネルギー　645kcal　たんぱく質　27.6ｇ	エネルギー　615kcal　たんぱく質　24.8ｇ	エネルギー　623kcal　たんぱく質　25.4ｇ
中	エネルギー　680kcal　たんぱく質　27.6ｇ	エネルギー　830kcal　たんぱく質　32.4ｇ	エネルギー　807kcal　たんぱく質　33.0ｇ	エネルギー　774kcal　たんぱく質　29.8ｇ	エネルギー　787kcal　たんぱく質　30.4ｇ
こんだて	**4** 春巻 きゅうりのピリ辛 麦ごはん　汁ビーフン	**5** 炒り鶏 味付けのり 麦ごはん　呉汁	**6** カミカミ和え ハヤシライス	**7** 中３× ツナポテサラダ ミルクパン　肉団子スープ	**8** 中３× 豚肉のしょうが焼き 麦ごはん　春雨スープ
あかき	ぎゅうにゅう　ぶたにく はるまき　こんぶ	ぎゅうにゅう　だいず　あげ みそ　とりにく　さつまあげ　のり	ぎゅうにく　ぎゅうにゅう さきいか　こんぶ	ぎゅうにゅう ぶたにく　とりにく　ツナ	ぎゅうにゅう　かまぼこ ぶたにく
みどり	こめ　むぎ　ビーフン　ごまあぶら あぶら	こめ　むぎ　こんにゃく　さとう	こめ　むぎ　じゃがいも　さとう あぶら　ごま	ミルクパン　じゃがいも　さとう でんぷん　マヨネーズ	こめ　むぎ　はるさめ　さとう
アレルギー対応	にんじん　たまねぎ　キャベツ　にら きくらげ　きゅうり	たまねぎ　にんじん　キャベツ　ねぎ えのき　ごぼう　えだまめ	たまねぎ　にんじん　エリンギ グリンピース　にんにく　えだまめ きゅうり　ごぼう	しょうが　にんじん　たまねぎ　ねぎ キャベツ　きくらげ　きゅうり コーン	にんじん　たまねぎ　キャベツ チンゲンサイ　しょうが　にんにく もやし　あまながとうがらし
小	エネルギー　602kcal　たんぱく質　18.7ｇ	エネルギー　594kcal　たんぱく質　25.1ｇ	エネルギー　659kcal　たんぱく質　22.7ｇ	エネルギー　638kcal　たんぱく質　28.4ｇ	エネルギー　576kcal　たんぱく質　25.4ｇ
中	エネルギー　782kcal　たんぱく質　22.3ｇ	エネルギー　782kcal　たんぱく質　22.3ｇ	エネルギー　822kcal　たんぱく質　27.0ｇ	エネルギー　794kcal　たんぱく質　34.1ｇ	エネルギー　725kcal　たんぱく質　30.0ｇ

左にごはん・パン
右に大きいおかず
奥に小さいおかず

体（血・肉・骨）をつくる
もとになる（たんぱく質・カルシウム）

エネルギーのもとになる
（炭水化物・脂肪）

体の調子を整えるもとになる
（ビタミン）

アレルギーのある人のために
どの料理にどれくらいの量の食品が
入っているか書いてあります。