



学校給食献立予定表



☆給食ブログやっています☆ 小淵沢小学校 日記 で検索!

小淵沢学校給食センター

☆毎月19日は食育の日

日	こんだてめい	あかのなかま ち・にく・ほねになる		みどりのなかま からだのしょうしをととのえる		きいろのなかま ねつやちからになる		MEMO
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2月	コッペパン					コッペパン		チリコンカン は、アメリカや メキシコで食べ られている、豆 とお肉の料理で す。トマトのあ まずっぱさとス パイスの風味が ポイントです。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	チリコンカン	とりにく、だいす		☆にんじん、トマト	にんにく、しょうが、 たまねぎ	さとう、 マカロニ	こめあぶら	
	やさいソテー	ハム		ピーマン、にんじん	キャベツ、★もやし		こめあぶら	
	コーンスープ		☆ぎゅうにゅう	パセリ	たまねぎ、 とうもろこし			
	バナナ				バナナ			
ひな祭り給食								
3月	なのはなちらしずし	ツナ、たまご		☆にんじん、 なのはな	しいたけ、かんぴょう	☆こめ、さとう		3月3日はひな祭り です。女の子の健 やかな成長と幸せ を願う行事です。 ひな人形をかざり 、ちらしずしや ひなあられを食べ てお祝いします。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	にくじゃが	ぶたにく		☆にんじん、 いんげん	たまねぎ、しらたき	じゃがいも、さとう	こめあぶら	
	てまりふのすましじる	とうふ、かつおぶし	わかめ	みつば	たまねぎ、 えのきたけ	てまりふ		
	ひなあられ	のり				もちこめ、さとう		
4月	むぎごはん					☆こめ、むぎ		*中3後期試験 のためなし おからは、豆腐 を作るときにで きる大豆のしぼ りかすです。食 物せんいやたん ぱく質が多く含 まれています。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	さわらのたまりじょうゆやき	さわら						
	おからサラダ	おから		☆にんじん	きゅうり、 とうもろこし	マカロニ、さとう	こめあぶら、 ノンエッグマヨネーズ	
	とんじる	ぶたにく、みそ、 とうふ	にぼし	☆にんじん	ごぼう、はくさい、 ねぎ、こんにゃく	じゃがいも	こめあぶら	
	ひとくちぶどうゼリー					ぶどうゼリー		
5月	きなこあげパン	きなこ				コッペパン、さとう	こめあぶら	きなこは「畑の 肉」とよばれる 大豆からできて います。体をつ くるたんぱく質 がたくさんふく まれています。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	ブロッコリーのチーズおからあえ	かつおぶし	チーズ	ブロッコリー、 ☆にんじん	カリフラワー、 とうもろこし			
	ABCスープ	ウィンナー		☆にんじん、 ほうれんそう	たまねぎ、だいごん	マカロニ		
	オレンジ				オレンジ			
6月	ハヤシライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ、にんにく	☆こめ、むぎ、 じゃがいも	こめあぶら、バター	デザートは給食 総選挙で小学校 で人気があった かりかりくんで す。溶けないよ うに、時間差で 配送します。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	だいごんサラダ			にんじん	だいごん、きゅうり、 もやし	さとう	こめあぶら、 ごまあぶら、ごま	
	たべるにぼし		かたくちいわし					
	給食総選挙 デザート部門 小学校：第3位 かりかりくん(ソーダあじ)					かりかりくん (ソーダあじ)		
9月	むぎごはん					☆こめ、むぎ		いなか煮は、野 菜・こんにゃ く・いもなど をじっくり煮こん だ料理です。昔 から家庭で作ら れてきたなつか しい味わいの一 品です。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	あじのしおやき	あじ						
	いなか	さつまあげ、 ちくわ		にんじん、 いんげん	こんにゃく	じゃがいも、さとう	こめあぶら	
	わかめととうふのみそしる	とうふ、みそ	わかめ、にぼし		だいごん、ねぎ			
さつまいもチップス					さつまいも、さとう	しょうぶつゆ		
中学校 卒業お祝い給食								
10月	わかめごはん	わかめ				☆こめ、むぎ		今日は中学校の 卒業お祝い給食 です。最後の給 食は給食総選挙 で人気があった メニューにしま した。小淵沢で 食べた給食の味 を忘れないで ね。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	給食総選挙 主菜部門 小学校：第2位 中学校：第1位 クリスピーチキン	とりにく				てんぷらこ、 コンフレック、 パンこ	こめあぶら	
	はくさいのおからあえ	かつおぶし		にんじん、こまつな	はくさい、キャベツ、 とうもろこし	さとう		
	おいわいすましじる	ぶたにく、あぶらあげ、 なるたまき、かつおぶし		にんじん、みつば	たまねぎ、えのきたけ		こめあぶら	
	小学校：ひとくちりんごゼリー		☆ぎゅうにゅう			りんごゼリー		
給食総選挙 デザート部門 小学校：第3位 中学校：第1位 中学校：えらべるクレープ(チョコかいちご)	とうにゅう				いちご	こめこ、さとう	しょうぶつゆ	

☆印は北社市産食材、★印は県内産食材を使用する予定です。
材料等の都合により、献立を変更する場合があります。

日	こんだてめい	あかのなかま ち・にく・ほねになる		みどりのなかま からだのちょうしをととのえる		きいろのなかま ねつやちからになる		MEMO
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
11 水	キムチチャーハン	とりにく、ベーコン			たまねぎ、しょうが、にんにく、 はくさいキムチ、ねぎ	☆ごめ、むぎ	ごめあぶら、 ごまあぶら	*中学校 卒業式のためなし キムチは野菜を発酵させて作るため、うま味たっぷりです。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	はるさめサラダ	たまご、ハム		にんじん	きゅうり	はるさめ、さとう	ごまあぶら、ごま	
	みそワタンスープ	ぶたにく、みそ		にんじん、こまつな	だいこん、キャベツ、 とうもろこし、★もやし、ねぎ	ワタンのかわ	バター	
	ミニフィッシュ		かたくちいわし			さとう		
12 木	アーチパン					アーチパン		レバーには鉄分やビタミンAがたっぷり含まれています。ケチャップで味つけているので、食べやすくなっています。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	ポテトとレバーのケチャップに	ぶたレバー	☆ぎゅうにゅう		にんにく、しょうが	じゃがいも、かたくりこ、さとう	ごめあぶら	
	コールスローサラダ	ハム		にんじん	キャベツ、きゅうり、 とうもろこし		ドレッシング	
	チキンヌードルスープ	とりにく		にんじん、 ブロッコリー	たまねぎ、だいこん	スパゲティ		
13 金	オレンジ				オレンジ			
	もずくどん	ぶたにく、とりにく		にんじん、ピーマン	たまねぎ、しょうが	☆ごめ、むぎ、 さとう、かたくりこ	ごめあぶら	もずくは主に沖縄県で育てられています。日本で食べられているもずくのほとんどが沖縄県産です。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	コーンかきたまスープ	☆たまご		にんじん、こまつな	とうもろこし、ねぎ	かたくりこ		
てづくりあおりんごゼリー					あおりんごゼリーのもと			
16 月	むぎごはん					☆ごめ、むぎ		豚肉は、たんぱく質やビタミンB1が豊富な食材です。体を元気にするために大切な栄養が含まれています。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	ぶたにくとじゃがいものピリからいため	ぶたにく		ピーマン、 ☆パプリカ	しょうが	じゃがいも、さとう	ごめあぶら、 ごまあぶら	
	やさいとはるさめのあえもの		わかめ	にんじん	★もやし、きゅうり	はるさめ、さとう	ごまあぶら、ごま	
	ほうれんそうのスープ	ベーコン		にんじん、 ほうれんそう	たまねぎ			
17 火	さつまいもスティック					さつまいも、さとう	しょくぶつゆ	チキンチキンごぼろは、鶏肉とごぼろを甘辛く味付けした料理です。山口県の学校給食が発祥です。
	ねじりパン					ねじりパン		
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	チキンチキンごぼろ	とりにく			☆ごぼろ	はくりきこ、 かたくりこ、さとう	ごめあぶら	
	フレンチサラダ			にんじん、 ブロッコリー	キャベツ、 とうもろこし、きゅうり	さとう	ごめあぶら	
トマトとだいずのスープ	ぶたにく、だいず		にんじん、 トマト	たまねぎ、にんにく	さとう	バター		
バナナ				バナナ				
<div style="text-align: center;">  </div>								
<div style="text-align: center;"> 小学校 卒業お祝い給食 </div>								
18 水	おえかきオムライス	とりにく、たまご		にんじん、ピーマン	たまねぎ	☆ごめ、むぎ	バター	今日は小学校の卒業お祝い給食です。小学校最後の給食もおいしく楽しく残さず食べてね。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	サラダスパゲティ	ツナ		にんじん	きゅうり、キャベツ、 とうもろこし	ハーフスパゲティ	ドレッシング	
	やさいスープ	ベーコン		にんじん、 ブロッコリー	にんにく、たまねぎ	じゃがいも	ごめあぶら	
給食献立表 デザート部門 小学校：第3位 中学校：第1位 小学校：えらべるクレーズ(チョコかいちご)	とうにゅう				いちご	ごめこ、さとう	しょくぶつゆ	
中学校：ひとくちりんごゼリー		☆ぎゅうにゅう				りんごゼリー		
19 木	パンネクリームソース	ベーコン	☆ぎゅうにゅう	に	にんにく、たまねぎ、 ぶなしめじ	パンネマカロニ	バター	*小学校卒業式のためなし パンネは、イタリア生まれの筒状の Pasta です。ソースが中までしっかりからみやすい形が特徴です。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	はちみつパン					はちみつパン		
	ツナサラダ	ツナ		ブロッコリー、 ほうれんそう	キャベツ、 とうもろこし、きゅうり	さとう	ごめあぶら	
	せんぎりやさいスープ	ベーコン		にんじん、 みずな	たまねぎ、だいこん			
オレンジ					オレンジ			
23 月	むぎごはん					☆ごめ、むぎ		マーボーがんもは、がんもどきと野菜を使った麻婆風の料理です。がんもどきは大豆からできていて、たんぱく質やカルシウムが豊富です。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	マーボーがんも	ぶたにく、とりにく、 みそ、がんもどき		にら	ねぎ、にんにく、 しょうが	さとう、はるさめ、 かたくりこ	ごまあぶら	
	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり、 とうもろこし	じゃがいも、さとう	ノンエッグマヨネーズ、 ごめあぶら	
	わかめスープ		わかめ		たまねぎ、えのきだけ、 ねぎ		ごまあぶら、ごま	
ひとくちももゼリー					ももゼリー			
24 火	カレーライス	ぶたにく		にんじん	たまねぎ、にんにく、 りんご	☆ごめ、むぎ、 じゃがいも、はちみつ	ごめあぶら	*3学期給食終了今年度最後の給食はカレーライスです。よく味わっておいしくいただきましょう。
	ぎゅうにゅう		☆ぎゅうにゅう					
	かいそうサラダ		わかめ、ぶりのり、 とさかのり、こんぶ		とうもろこし、 きゅうり、だいこん	あおじそドレッシング		
	ミックスフルーツ				みかん、もも、 パイナップル、サタテココ			

☆印は北杜市産食材、★印は県内産食材を使用する予定です。
材料等の都合により、献立を変更する場合があります。