

月	火	水	木	金
				2
				619 194 18.6

栄養三色

赤…からだをつくる
(たんぱく質・無機質)

みどり 乳・卵・魚・肉・豆・海そう
緑…からだの調子をととのえる
(ビタミン)

ま やさしい・だも・きのこ
黄…熱や力のもとになる
(炭水化物・脂肪)

穀類・いも・さとう・あぶら

学年	給食費	学年費	PTA会費	手数料	合計
小学1年	4,100	3,000	2,000	55	9,155円
小学2年	4,100	3,000	2,000	55	9,155円
小学3年	4,100	3,000	2,000	55	9,155円
小学4年	4,100	3,000	2,000	55	9,155円
小学5年	4,100	6,000	2,000	55	12,155円
小学6年	4,100	10,000	2,000	55	16,155円
中学校	給食費	PTA会費	生徒会費	手数料	合計
	4,400	1,300	400	55	6,155円

9月分の振替日は12日(月)です。(再振替日は20日(火)です。)

未納者「0」にご協力願います。

5	644	22.0	16.3	6	604	29.2	15.6	7	541	26.1	21.9	8	677	26.8	24.0	9	618	22.1	15.4
---	-----	------	------	---	-----	------	------	---	-----	------	------	---	-----	------	------	---	-----	------	------

5 644 22.0 16.3

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

フルーツサラダ

ヨーグルト

6 604 29.2 15.6

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

いそに

ごまあえ

7 541 26.1 21.9

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ポトフ

ツナサラダ

8 677 26.8 24.0

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

しゅうまい

パンサンスー

9 618 22.1 15.4

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

いもごじる

つぎみデザート

12	593	18.8	18.0	13	610	26.3	18.0	14	359	16.5	10.2	15	616	23.6	20.7	16	535	17.6	11.6
----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------

12 593 18.8 18.0

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ぶたどん

だいいんのゆずあえ

13 610 26.3 18.0

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

さわらのみそだれ

ごまつなおひたし

14 359 16.5 10.2

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ジュリアンスープ

セルブドック

15 616 23.6 20.7

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

とりのからあげ

ごもくじる

16 535 17.6 11.6

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

コンソープ

チャプチェ

19				20	597	25.4	14.1	21	603	26.5	27.7	22	644	22.1	22.0	23			
----	--	--	--	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	--	--	--

19

敬老の日

20 597 25.4 14.1

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ほきのねぎしおだれ

にんじんのポテージュ

21 603 26.5 27.7

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

とりのオレンジソース

かぼちゃのポテージュ

22 644 22.1 22.0

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

みそラーメン

はんにりょうごはん

23

秋分の日

26	580	24.4	15.1	27	547	18.2	15.3	28	591	23.2	29.6	29	619	25.0	17.1	30	630	27.0	19.8
----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------	----	-----	------	------

26 580 24.4 15.1

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

たこのからあげ

けんちん汁

27 547 18.2 15.3

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ほうれんそうのソテーサラダ

ハヤシライス

28 591 23.2 29.6

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ミニボールのケチャップソース

コッパパン

29 619 25.0 17.1

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

ハタハタのなんばんづけ

すましじる

30 630 27.0 19.8

ぎゅうにゅう 赤

ごはん 71 黄

こんさいのみそ汁

ごきつねごはん

※栄養価は小学校3、4年生のものを記載しています。小学校1・2年生は約90%、5・6年生は約110%、中学校は約120%です。

※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の量は目安となります。