

Merry Christmas!

諸会費

学年	給食費	PTA会費	学年費	手数料	合計
1年	4,600	2,000	4,000	55	10,655円
2年	4,600	2,000	4,000	55	10,655円
3年	4,600	2,000	4,500	55	11,155円
4年	4,600	2,000	5,000	55	11,655円
5年	4,600	2,000	7,000	55	13,655円
6年	4,600	2,000	12,000	55	18,655円

12月分の振替日は10日(火)です。(再振替日は26日(木)です。)
未納者「0」にご協力願います。

<p>2 エネルギーkcal 584 たんぱく質g 21.5 しつぷり量g 18.1</p> <p>2 ぎゅうにゅう 赤 あじカツ 赤 もちむぎごはん 赤 こめ 50 黄 もちむぎ 15.4 黄</p> <p>かんとうに ぶたにく 12.5 赤 こんぶ 0.2 赤 こんにやく 20.8 ひらてん 16.7 赤 にんじん 16.7 緑 だいこん 33.3 緑 さいとも 25 黄 さけ 0.42 みりん 0.83 さとう 2.92 黄 うすくちしょうゆ 4.3 いりこだし 0.45</p> <p>おひたし にんじん 5 緑 はくさい 10 緑 ごまつな 10 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.9 さとう 0.5 黄 うすくちしょうゆ 2.4</p>	<p>3 533 20.3 14.2</p> <p>3 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>ちゅうかスープ ベーコン 10 赤 にんじん 15 緑 ほししいたけ 0.5 緑 チンゲンサイ 20 緑 たまねぎ 20 緑 わかめ 0.5 赤 しお 0.5 こしょう 0.03 うすくちしょうゆ 0.6 ちゅうかブイヨ 0.8 とんこつスープ 2.5 でんぶん 1 黄</p> <p>はるさめサラダ ハム 4 赤 きゅうり 20 緑 にんじん 8 黄 たまねぎ 4 黄 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.4 黄 しお 0.2 うすくちしょうゆ 2 す 1 ごまあぶら 0.1 黄</p>	<p>4 533 24.1 24.4</p> <p>4 ぎゅうにゅう 赤 コッパパン 黄</p> <p>ミートボールのひよこまめチーズやき ミートボール 42 赤 たまねぎ 10 緑 プロccoli 8 緑 にんじん 5 緑 えだまめ 3 緑 マヨネーズ/ソエグ 2.8 黄 しお 0.1 こしょう 0.01 ひよこまめチーズ 8 赤</p> <p>ハムのマリネサラダ ハム 10 赤 キャベツ 15 緑 ホールコーン 5 緑 きゅうり 15 緑 りんごす 1.4 緑 あぶら 1 黄 さとう 0.5 黄 うすくちしょうゆ 0.8 しお 0.2 こしょう 0.02</p>	<p>5 538 17.8 14.3</p> <p>5 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>もずくじる ぶたにく 10 赤 ごまあぶら 0.2 黄 にんじん 10 緑 だいこん 25 緑 みりん 0.33 うすくちしょうゆ 0.83 こいちしょうゆ 0.95</p> <p>わふうじゃがバター じゃがいも 30 黄 にんじん 5 緑 たまねぎ 15 緑 マーガリン 3 黄 うすくちしょうゆ 1.5 こしょう 0.01</p>	<p>6 594 19.2 19.5</p> <p>6 ぎゅうにゅう 赤 オニオンサラダ 赤 ハム 4 赤 たまねぎ 25 緑 ごまつな 25 緑 にんじん 0.01 緑 マーガリン 0.93 黄 たまねぎ 50 緑 にんじん 10 緑 マッシュルーム 10 緑 あかワイン 1 こしょう 0.02 トマトピューレ 1 緑 トマトチップ 1 トマトソース 8 ごまコショウ 10 黄 こんぶパウダー 0.02 赤 たんかづソース 0.8 あぶら 0.5 ウスターソース 0.5</p>
--	--	--	---	--

<p>9 617 22.5 16.4</p> <p>9 ぎゅうにゅう 赤 マーボー 赤 はるさめごはん 赤 こめ 71 黄 ぶたひきにく 25 赤 はるさめ 4 黄 にんじん 4.33 緑 たまねぎ 30 緑 ほししいたけ 0.2 緑 はくさい 11.7 緑 あぶら 0.2 黄 しょうが 0.2 緑 にんにく 0.1 緑 ニラ 3 緑 さとう 0.4 黄 はちまき 3 赤 さけ 3.33 こいちしょうゆ 1.8 しお 0.08 ごめこ 1 黄</p> <p>トックスープ ぶたにく 20 赤 にんじん 5 緑 たまねぎ 25 緑 だいこん 20 黄 トック 20 黄 チンゲンサイ 20 黄 ちゅうかブイヨ 1.3 とんこつスープ 2.5 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.5 さけ 0.5</p>	<p>10 650 24.9 23.8</p> <p>10 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>さばのゆであんやき さば 1きり 赤 さけ 0.5 みりん 0.5 さとう 0.7 黄 こいちしょうゆ 1.8 ゆずじる 0.8 緑</p> <p>とんじる ぶたにく 20 赤 だいこん 0.2 黄 にんじん 5 緑 にんじん 10 緑 ごぼう 5 緑 こんにやく 4 さつまいも 20 黄 あおなご 4 緑 かつおだし 0.6 いりこだし 0.45 みそ 8 赤</p> <p>ごまあえ キャベツ 0.5 緑 ほうれんそう 0.5 緑 こんぶパウダー 0.7 赤 みりん 1.8 さとう 0.8 黄 うすくちしょうゆ 1.5 しるしりごま 0.8 黄 しるしりごま 0.8 黄</p>	<p>11 565 21.9 22.4</p> <p>11 ぎゅうにゅう 赤 こくとうパン 黄</p> <p>ポークカレーステーキ ぶたにく 25 赤 しょうが 0.17 緑 にんにく 0.17 緑 あぶら 0.2 黄 たまねぎ 15 緑 キャベツ 20 緑 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.09 ウスターソース 0.36 カレー 0.17</p> <p>はくさいのクリームシチュー ベーコン 10 赤 たまねぎ 34 緑 はくさい 20 緑 じゃがいも 30 黄 りんご 1 やさいだし 2.2 マーガリン 1.25 黄 ごめこ 6 黄 とろにゅう 20 赤 とろにゅうクリーム 5 赤 こしょう 0.02 しるワイン 1</p> <p>ごめこマカロニサラダ ハム 4 赤 ごめこマカロニ 10 黄 なたねあぶら 0.1 黄 にんじん 4 緑 きゅうり 8 緑 ホールコーン 3 緑 しお 0.2 こしょう 0.01 マヨネーズ/ソエグ 4.5 黄</p>	<p>12 557 17.4 16.0</p> <p>12 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>あけぎょうざ こめぎょうざ 2 赤 黄 あけあぶら 黄</p> <p>わかめスープ にんじん 5.83 緑 もやし 5.83 緑 ほししいたけ 0.3 緑 えのきたけ 5.83 緑 わかめ 0.33 赤 ちゅうかブイヨ 1.5 とんこつスープ 2.5 しお 0.3 こしょう 0.01 うすくちしょうゆ 1.2 さけ 0.5 ごまあぶら 0.05 黄</p> <p>ごもくいため ぶたにく 10 赤 しょうが 0.3 緑 ほししいたけ 0.2 緑 にんじん 7 緑 ホールコーン 7 緑 キャベツ 25 緑 はるさめ 3 黄 しお 0.05 こしょう 0.02 さけ 0.3 こいちしょうゆ 1 オイスターソース 2 ごまあぶら 0.2 黄</p>	<p>13 619 19.3 18.6</p> <p>13 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>うみとほたけのサラダ ツナフレーク 10 赤 キャベツ 15 緑 にんじん 6 緑 ホールコーン 5 緑 ひじき 1 赤 あぶら 0.3 黄 うすくちしょうゆ 0.96</p> <p>ポークカレーライス こめ 71 黄 ぶたにく 20 赤 あぶら 1.98 黄 にんにく 0.2 緑 しょうが 0.5 緑 たまねぎ 58.5 緑 にんじん 11 緑 かぼちゃ 22 緑 りんごピューレ 1.98 緑 トマトチップ 2.97 ウスターソース 1.65 ブイヨ 0.66 しお 0.1 ごめこカレー 13 黄</p> <p>ふくじんづけ 15 緑</p>
--	--	---	---	--

<p>16 671 20.3 20.9</p> <p>16 ぎゅうにゅう 赤 ちゅんぽん 赤 ごめこ/ちゅうかめん 65 黄 あぶら 2 黄 こめ 35.5 黄</p> <p>あわじたまねぎロquette あわじたまねぎ 1 黄 緑 あけあぶら 黄</p> <p>あじつきのり 1 赤</p> <p>ちゅんぽん ぶたにく 16.7 赤 さけ 0.42 にんじん 8.4 緑 もやし 29.2 緑 かまぼこ 8.4 緑 チンゲンサイ 29.2 緑 ちゅうかブイヨ 1.2 とんこつスープ 2.5 こしょう 0.02 みりん 0.43 うすくちしょうゆ 2.18 ごまあぶら 0.5 黄 でんぶん 2.5 黄</p>	<p>17 582 21.1 16.8</p> <p>17 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>ミートボールのケチャップソース ミートボール 42 赤 たまねぎ 8 緑 ピーマン 4.17 緑 しょうが 0.1 緑 にんにく 0.1 緑 あぶら 0.2 黄 ブイヨ 0.05 トマトピューレ 5 緑 トマトケチャップ 4.79 さとう 0.78 黄 こいちしょうゆ 0.5</p> <p>じゃりあんスープ たまねぎ 35 緑 にんじん 10 緑 レタス 25 緑 パセリ 0.03 緑 ブイヨ 0.9 やさいだし 2.2 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 1.2 しるワイン 0.83</p> <p>もちむぎサラダ もちむぎ 4.5 黄 ハム 8 赤 たまねぎ 15 緑 きゅうり 15 緑 ホールコーン 4 緑 なたねあぶら 1 黄 さとう 0.6 黄 レモン汁 0.8 緑 うすくちしょうゆ 0.55 しお 0.2 こしょう 0.01</p>	<p>18 585 18.1 16.8</p> <p>18 ぎゅうにゅう 赤 ヨーグルトドリンク 赤 579</p> <p>ごめこマカロニグラタン マカロニ/ソエグ 8 赤 オリーブオイル 0.2 黄 たまねぎ 10 緑 にんじん 8 緑 プロccoli 8 緑 ブイヨ 0.5 ブイヨ 0.1 こしょう 0.01 とろにゅう 15 赤 ごめこマカロニ 4 黄 とろにゅうクリーム 3 赤 ごめこ 1.25 黄 ひよこまめチーズ 8 赤 パセリ 0.01 緑</p> <p>ブラウンスチュー ぶたにく 10 赤 あぶら 0.2 黄 にんにく 0.1 緑 たまねぎ 50 緑 にんじん 15 緑 しめじ 7 緑 かぼちゃ 35 緑 ブイヨ 0.3 あかワイン 1 トマトソース 8 トマトピューレ 1 緑 ごめこ/ジャリウ 5.6 黄 ごめこ/ジャリウ 3 黄 こしょう 0.02 ウスターソース 0.4 こいちしょうゆ 0.4 こんぶパウダー 0.01 赤 たんかづソース 0.4 クリスマスケーキ 赤/ホワイトチョコ 1 赤</p> <p>カラフルサラダ キャベツ 36 緑 ピーマン 5 緑 あかピーマン 5 緑 きピーマン 5 緑 わふうドレッシング 5 黄</p>	<p>19 638 21.6 23.3</p> <p>19 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>チキンなんぽん とりにく 45 赤 しお 0.1 こしょう 0.03 さけ 1.5 しょうが 0.2 緑 でんぶん 3 黄 あけあぶら 3 黄 さとう 2.1 黄 うすくちしょうゆ 1.25 こいちしょうゆ 1.5</p> <p>ばらじる にんじん 6 緑 たまねぎ 20 緑 さとう 5 緑 しょうが 0.42 緑 パチ 7 黄 うすくちしょうゆ 2 さけ 1.8 かつおだし 0.6 だしこんぶ 1 いりこだし 0.45</p> <p>のりあえ もやし 33.3 緑 きゅうり 8.33 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.5 さとう 0.58 黄 うすくちしょうゆ 2.33 やきのり 0.1 赤</p> <p>冬至献立</p>	<p>20 597 19.0 12.4</p> <p>20 ぎゅうにゅう 赤 ごはん 赤 こめ 71 黄</p> <p>かぼちよとなすのいために ぶたひきにく 10 赤 かぼちよ 60 緑 なす 30 緑 あぶら 0.5 黄 さとう 4.4 黄 うすくちしょうゆ 3.52 こいちしょうゆ 3.52 でんぶん 1.1 黄</p> <p>にこみょうどん ぶたにく 10 赤 ほししいたけ 0.5 緑 にんじん 10 緑 はくさい 25 緑 だいこん 10 緑 ごめこ/うどん 30 黄 あおなご 5 緑 かつおだし 0.6 いりこだし 0.45 みりん 1 うすくちしょうゆ 3.5 こいちしょうゆ 0.5</p> <p>ゆずぼんずあえ えのきたけ 5 緑 はくさい 40 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.8 黄 みりん 0.5 しお 0.4 ゆずじる 0.83 緑</p>
---	--	---	--	--

※栄養価は小学校3、4年生のものに記載しています。小学校1・2年生は約90%、5・6年生は約110%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。材料の重量は目安となります。