

令和4年

10がっ こんだてひょう

桑折町学校給食センター



- ・12日(水) 伊達崎小5年バイキング
- ・20日(木) 県の補助金を活用した給食です。
- ・21日(金) 醸芳小4年かやの実1・2 半田小4年セレクト給食
- ・25日(火) 睦合小3年バイキング

めあて うんどう えいよう かんが
運動と栄養について考えよう

赤 あか ち にく
血や肉となる

緑 みどり からだ ちようし とどの
体の調子を整える

黄 き ねつ ちから もと
熱や力の元になる

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
こんだて	3 えだまめサラダ まだいフライ なし パンブキンパン ウィンナー いりポトフ	4 ほうれんそう たまごチーズあえ ぶたにくのしょうが焼き ごはん じゃがいものみそしる	5 ブロッコリーサラダ やきいも ソフトめん しろごま タンタンうどん	6 きゅうりのサラダ はるまき ごはん まーぼー どうぶ	7 たくあんあえ なっとう むぎごはん 麴いり にくじゃが
赤	牛乳、ウィンナー、まだい、かいそう、	牛乳、にく、あぶらあげ、みそ、たまご、チーズ	牛乳、とりにく、あぶらあげ、ちくわ、みそ	牛乳、ぶたにく、とうふ、みそ	牛乳、なっとう、ぶたにく、かつおぶし、ふ
緑	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、かぶ、えだまめ、コーン、なし、パセリ、もやし	しょうが、ねぎ、にんじん、ほうれんそう	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、ねぎ、ブロッコリー、	にんにく、にんじん、しいたけ、たまねぎ、ニラ、しょうが、きゅうり、もやし	にんじん、たまねぎ、こんにやく、いんげん、はくさい、ほうれんそう、もやし、たくあん
黄	さとう、こむぎこ、バター、あぶら、じゃがいも	こめ、さとう、じゃがいも、ごまあぶら	ソフトめん、あぶら、さとう、ごま、さつまいも	こめ、ごまあぶら、かたくりこ、さとう	こめ、じゃがいも、さとう、むぎ
小中	Kcal P F Ca 塩分 671 28.2 27.7 315 2.2 861 35.1 31.9 336 2.3	Kcal P F Ca 塩分 643 26.7 22.1 285 1.8 763 31.1 25 294 2.1	Kcal P F Ca 塩分 693 28.9 19.9 374 2.5 890 36.2 22.7 406 3.1	Kcal P F Ca 塩分 713 23.5 26.1 477 2.1 764 33.3 17.4 322 2.1	Kcal P F Ca 塩分 643 28.1 15.6 305 1.8 764 33.3 17.4 322 2.1
休食校		醸芳小 半田醸芳小 伊達崎小 醸芳中学校2年	睦合小 半田醸芳小 幼稚園 醸芳中学校1年	半田醸芳小 中学校	幼稚園
こんだて	10 スポーツの日 はくさいとたまごのスープ	11 わかめあえ とんかつ ごはん さつまじる	12 ごぼうサラダ さけのこうじづけ焼き ごはん たぬきじる	13 りっちゃん サラダ ヨーグルト むぎ ごはん きのこ カレー	14 ほうれんそうソテー とりにくの スパイス焼き ごはん とんじる
赤		牛乳、ぶたにく、とりにく、とうふ、みそ、わかめ	牛乳、さけ、あぶらあげ、さつまあげ、ハム	牛乳、とりにく、こんぶ、かつおぶし、ハム、ヨーグルト	牛乳、とり肉、ぶた肉、とうふ、みそ、ベーコン
緑		ごぼう、だいこん、ねぎ、にんじん、もやし、キャベツ	にんじん、こんにやく、えのき、しょうが、ねぎ、ごぼう、キャベツ	たまねぎ、まいたけ、エリンギ、しめじ、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン	にんじん、はくさい、だいこん、ねぎ、ごぼう、ほうれんそう、コーン
黄		こめ、あぶら、さつまいも	こめ、ごま、たまごなしマヨネーズ、片栗粉	こめ、むぎ、じゃがいも、カレー、さとう	こめ、じゃがいも、バター
小中	Kcal P F Ca 塩分 822 33.1 20.4 318 2.3	Kcal P F Ca 塩分 614 24.3 17 299 1.6 822 33.1 20.4 318 2.3	Kcal P F Ca 塩分 614 25 20.3 301 1.9 728 29 22.9 316 2.3	Kcal P F Ca 塩分 643 22.4 16.5 337 1.7 761 25.4 18.2 357 2.4	Kcal P F Ca 塩分 650 30.8 19.8 310 2.0 766 36 22.3 324 2.4
休食校		幼稚園	幼稚園	幼稚園	幼稚園
こんだて	17 かんてんサラダ ミートボール (小2) ココア あげぱん ミネストローネ	18 きりぼしだいこん のにももの いかのさらさあげ ごはん さといもの みそしる	19 くきわかめ サラダ にくまん ちゅうか めん しおラーメン	20 もやしサラダ ロイヤルピーチ ポークどんの具 ももぜりー ごはん ふくしまっ こじる	21 マカロニサラダ いわしのしょうがに ごはん わかめの みそしる
赤	牛乳、ベーコン、かんてん、ミートボール	牛乳、いか、みそ、とりにく、さつまあげ	牛乳、ぶたにく、くきわかめ	牛乳、ぶたにく、あぶらあげ、みそ、	牛乳、いわし、わかめ、とうふ、みそ、ハム
緑	キャベツ、玉ねぎ、えだまめ、にんじん、にんにく、きゅうり、もやし、だいこん	しょうが、こまつな、えのき、ねぎ、いんげん、こんにやく、きりぼしだいこん、にんじん	キャベツ、たけのこ、にんじん、もやし、ねぎ、コーン、はくさい	玉ねぎ、にんじん、いんげん、白菜、大根、ピーマン、しいたけ、ごぼう、ねぎ、もやし、コーン	しょうが、ねぎ、きゅうり、にんじん
黄	こむぎこ、さとう、じゃがいも、油、ドレッシング	こめ、かたくりこ、さとう、さといも、あぶら	ソフトめん、こむぎこ、ドレッシング、ごま油	こめ、さとう、ごまあぶら、さといも、ゼリー	こめ、じゃがいも、マカロニ、ごま油、さとう
小中	Kcal P F Ca 塩分 663 21.4 29.5 400 2.2	Kcal P F Ca 塩分 614 24.1 16.2 309 2.3 724 27.7 17.9 322 2.5	Kcal P F Ca 塩分 625 26.3 13.2 297 3.3 807 33.1 14.7 311 3.9	Kcal P F Ca 塩分 656 26.3 18.2 330 2.1 775 30.4 20.4 349 2.6	Kcal P F Ca 塩分 643 25 19.4 325 2.5 800 30.3 24.3 347 3.3
休食校	幼稚園 中学校	幼稚園			幼稚園
こんだて	24 かんてんサラダ ミートボール (幼2 中3) ココア あげぱん ミネストローネ	25 ブロッコリーあえ まだいトマトソース かけ わかめ ごはん いんげんまめ ポターージュ	26 こまつなおひたし とりにく アーモンドあえ ふりかけ ごはん はくさいの みそしる	27 くらげサラダ パオズ(幼1 小2 中3) ごはん えびととう ふのチリソース	28 しょうがあえ ミートローフ ごはん 五目スープ
赤	牛乳、ベーコン、かんてん、ミートボール	牛乳、わかめ、まだい、ベーコン、生クリーム	牛乳、のり、とりにく、とうふ、みそ	牛乳、とうふ、えび、とりにく、くらげ、わかめ	牛乳、豚肉、チーズ、卵、クリーム、鶏肉、かまぼこ
緑	キャベツ、玉ねぎ、えだまめ、にんじん、にんにく、きゅうり、もやし、だいこん	にんにく、たまねぎ、トマト、キャベツ、マッシュルーム、ピーマン、ブロッコリー、コーン	なめこ、はくさい、ねぎ、こまつな、こんにやく、しめじ、だいこん、にんじん	玉ねぎ、人参、ねぎ、ほししいたけ、グリビーズ、きゅうり、もやし、ちんげんさい	キャベツ、ほししいたけ、もやし、ねぎ、こまつな、にんじん、たまねぎ、しょうが
黄	こむぎこ、さとう、じゃがいも、油、ドレッシング	こめ、オリーブ油、バター、ドレッシング	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう、アーモンド	こめ、さとう、あぶら、かたくりこ、ごま	こめ、パン
小中	Kcal P F Ca 塩分 833 26.9 31.5 436 2.4	Kcal P F Ca 塩分 649 28.5 20.3 286 1.6 760 32.9 22.6 294 1.9	Kcal P F Ca 塩分 699 26.6 23.2 312 2.4 825 30.5 26.2 325 2.7	Kcal P F Ca 塩分 631 28.5 15.3 473 2.1 789 35.3 18.3 522 2.5	Kcal P F Ca 塩分 739 30.8 22.6 338 1.9
休食校	小学校		幼稚園	睦合小	小学校 幼稚園

こんだて	31 コールスローサラダ ソーセージ はくさいとたまご のスープ きれめいり コッパン
赤	牛乳、ウィンナー、とりにく、たまご
緑	はくさい、にんじん、ちんげんさい、キャベツ、きゅうり、コーン
黄	さとう、油、かたくりこ、こむぎこ
小中	Kcal P F Ca 塩分 688 23.6 35.5 309 2.7 719 30 30 326 3.3
休食校	

3日(月)まだいフライ
 11日(火)とんかつ
 25日(火)まだいは、国より無償提供されたものです。

略	10月平均栄養価	小(基準値)	中(基準値)
kcal	エネルギー(kcal)	654(650)	785(830)
P	たんぱく質(g)	26.1(21~32)	31.5(27~40)
-	炭水化物(g)	90	112.5
F	脂質(g)	20.9(14~21)	22.8(18~27)
Ca	カルシウム(mg)	336	360
塩分	食塩相当量(g)	2.2(2.0)	2.6(2.5)



★都合により、使用材料や献立が変更になることがありますのでご了承ください。

★給食内容やお子さんの食習慣など質問がありましたら、センターまで気軽にお電話ください。

☎581-0250

