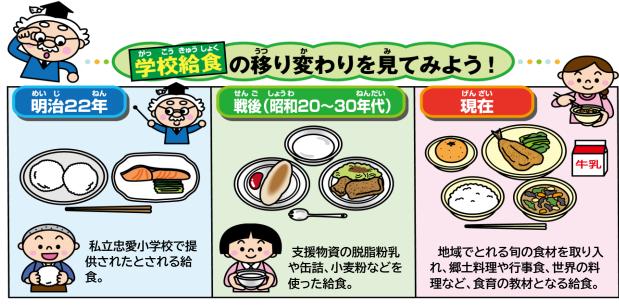


79 MH / 11		/C 01 /	加	茂市学校町共同調埋場
月	火	水	木	金
22日~28日は	→ ▲	8	9	10
学校給食週間メニュー	主食 汁物(副菜)	ゆでうどん 年明けうどんスープ	ごはん しゅうまい2こ	食パン りんごジャム トマトミートオムレツ
「食べて学ぶ!	主菜	ちくわの磯辺揚げ	ちんげん菜ののりナムル	しょうゆフレンチ
日本の世界遺産」	工来 副菜	ブロッコリーのごまびたし	たまご入りキムチチゲ	白菜とマカロニのシチュー
	飲み物でその他	牛乳	牛乳	牛乳
 給食で世界遺産のある	エネルギー! たんぱく質	793 kcal 34.1 g	724 kcal 31.1 g	889 kcal 34.5 g
地域をめぐります♪	脂質 食塩相当量		20.3 g 2.6 g	31.1 g 3.8 g
	赤色の食品 体をつくるもの	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ ちくわ 青のり	牛乳 豚肉 刻みのり 豆腐 卵 みそ	牛乳 卵 鶏肉 瓜
0 0 0	緑色の食品	えのき茸 白菜 人参 小松菜	ちんげん菜 人参 キャバツ もやし	玉ねぎ もやし ほうれん草
	体の調子を整えるもの	ねぎ ブロッコリー きゅうり	ごぼう 大根 白菜キムチ ねぎ	人参 しめじ 白菜 パセリ
D 0 D 0	黄色の食品	うどん 片栗粉 油 砂糖 ごま	米 しゅうまい皮 砂糖 油	食パン りんごジャム 油
12	熱や力のもとになるもの	4.5	じゃが芋 ごま	じゃが芋 マカロニ バター シチュールウ
13	14	15 ソフトめん	16 加茂中2年生が 考えたこんだて	17 横割り丸パン
	ごはん ビビンバの具(肉みそ・	リシントめん	2 2 7 7 7	傾割り丸ハフ 照り焼きチキン
	ナムル)	ブロッコリーとツナのサラダ	みそカツ 福神漬け和え	ごぼうサラダ
	ワンタンスープ		かき玉汁	ABCスープ
6.6	牛乳 豆乳ムース大福	牛乳	牛乳 カットりんご	牛乳
	750 kcal 27.8 g	822 kcal 38.2 g	781 kcal 27.1 g	729 kcal 31.8 g
	22.1 g 2.5 g	23.3 g 2.7 g	21.9 g 2.9 g	27.9 g ! 3.6 g 牛乳、鶏肉 ツナ ウィンナー トマト
成人の日	牛乳 豚肉 大豆ミート みそ ベーコン	牛乳 豚肉 大豆ミート チーズ ツナ	牛乳 豚ひれかつ みそ 豆腐 卵	十九病内のパパパーで
	もやし 生姜 椎茸 ちんげん菜	マッシュルーム にんにく 生姜 トマト	キャバッ きゅうり 大根 なす	ごぼう きゅうり コーシ 人参
	玉ねぎ 筍 ねぎ にんにく ほうれん草 人参 メンマ 白菜	玉ねぎ セロリ もやし 人参 パセリ ブロッコリー きゅうり コーン	すいか 蓮根 人参 えのき茸 ねぎ ほうれん草 りんご	にんにく 玉ねぎ キャベツ トマト
	米油砂糖ごまワンタン	ソフト麺 油 ハヤシルウ 小麦粉	米油砂糖ごまじゃが芋	パンごま 油 砂糖 マカロニ
		砂糖		じゃが芋
20	21	22 	23	24
ごはん	ごはん	中華めん	ごはん 	背割りコッペパン
ポークカレー	ハンバーグきのこデミソース		大豆コロッケ	富士宮焼きそば
だいコーンサラダ	和風ポテトサラダ	にんじんしりしり	三陸わかめサラダ	トマトほうとう ワインゼリー 牛乳. 静岡・山梨県
4上前	厚揚げとわかめのみそ汁		石狩汁	ソインセリー
	十 呵	从心 这呵'然牛'冲视乐	开 河	H 呵 静间·山 米県
牛乳 768 kcali 20 4 g	牛乳	十一 潜伏キリシタン・琉球王国	牛乳 縄文遺跡群	1 10 田工田
768 kcal 29.4 g	800 kcal 28.3 g	十子し 潜伏キリシタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g	872 kcal 29.8 g
	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 サナ ひじき 厚揚げ	十字し 潜伏ヤルタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 かけ - みそ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ	十字し 潜伏セルタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵あさり 卵	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 サナ ひじき 厚揚げ	十字し 潜伏ヤルタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 かけ - みそ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参 りんご ドト 大根 きゅうり コーン	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ	十子し 潜伏ヤルシタン・琉球王国 719 kcal! 33.8 g 16.6 g! 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵 あさり 卵 生姜 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうり コーン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッねぎ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんこく 生姜 玉ねぎ 人参 りんご ドバト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 加ー的 ルビルウ	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 サナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター 砂糖 小麦粉	十字し 潜伏ヤルタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵 あさり 卵 生姜 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやしきゅうり コーン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャベツ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 年乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく 生姜 玉ねぎ 入参りんご トマト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 ルール ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油	十字し 潜伏ヤリシダン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵 あさり 卵 生姜 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油 砂糖 29	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 生みそ 人参 もやし きゅうりコーン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油砂糖ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みぞ 粉チーズ キャベッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参 りんご ドト 大根 きゅうり コ・ン 米 じゃが芋 かーり ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28	十字し 潜伏ヤルシタン・琉球王国	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参もやしきゅうりコーシ 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 かいナーみそ 粉チュア ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドバ 大根 きゅうりコーン 米 じゃが芋 ルール ハヤシルク ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼 の具	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ	十字し 潜伏ヤルシタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵 あさり 卵 生姜 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油 砂糖 29 大麦 めん けんちんつけ汁	牛乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g キ乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうりコーン 大根 玉ねぎ しめじ キャベツ ねぎ ※油砂糖ごま じゃが芋 30 加茂中2年生がごはん 考えたこんだて 鶏のから揚げ	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 年乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参 りんご ドバ 大根 きゅうり コ・ン 米 じゃが芋 かーが ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ご はん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサウュルーム トマト きゅうり 人参 3-ン 大根 ねぎ 米パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ	十子し 潜伏ヤルシタン・琉球王国	牛乳 縄文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 牛乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうりコーシ 大根 玉ねぎ しめじ キャベツ ねぎ ※油砂糖ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだて 鶏のから揚げ ほうれん草とアーモンドの	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 かいナーみそ 粉チーズ 「おいず人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ ブロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マ加に じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 りんご トマト 大根 きゅうり コーン ボール といが芋 ルール ハヤシルク ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁	十字し 潜伏ヤルシタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ 卵 あさり 卵 生姜 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油 砂糖 29 大麦 めん けんちんつけ汁	牛乳 縄文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねき 人参りんご ドバ 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 ルード ハドシドン ごま油 砂糖 ごま 27 ご はんん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇山 合掌造・1集落	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサンコルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐藤島の金山	十子し 潜伏半 10 タン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ卵 あさり卵 主義 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油 砂糖 29 大麦 めん けんちんつけ汁 厚焼き 玉子 たくあん 和え 牛乳	牛乳 縄文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ゚人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご トマト 大根 きゅうり コーン ※じゃが芋 カレーlウ ハトシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはんん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇山 舎業造・1集落 733 kcal 29.9 g	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサンコルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g	十子し 潜伏ヤル・ない・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ卵 あさり卵 主要 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油砂糖 29 大麦 めん けんちんつけ汁 厚焼き 玉子 たくあん 和え 牛乳 739 kcal 32.4 g	牛乳 海文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねき 人参りんご ドバ 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 ルード ハヤシドウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇山 合掌造・1集落 733 kcal 29.9 g 22.2 g 2.8 g	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサウュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g	十子し 潜伏ヤルタン・琉球王国	牛乳 梅文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 牛乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご トマト 大根 きゅうり コーン ※じゃが芋 カレーlウ ハトシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはんん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇山 舎業造・1集落 733 kcal 29.9 g	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マサンコルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g	十子し 潜伏ヤル・ない・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 牛乳 豚肉 さつま揚げ卵 あさり卵 主要 にんにく きくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油砂糖 29 大麦 めん けんちんつけ汁 厚焼き 玉子 たくあん 和え 牛乳 739 kcal 32.4 g	牛乳 海文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバツ 人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳 チーズスムレツ サ わかめ 昆布のり 寒天 豚肉 パーコン
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご トマト 大根 きゅうり コーン ※ じゃが芋 カレーlク ハヤシルク ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 牛乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぶり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ	十子し 潜伏中 I P P ン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 4		872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバツ人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳チズねが サカかめ 昆布のり 寒天豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 かーり ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇道 中乳 合澤造り 集落 733 kcal 29.9 g 4乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米パター 砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡鳥の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐	十子し 潜伏ヤルタン・琉球王国	牛乳 海文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバツ 人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳 チーズスムレツ サ わかめ 昆布のり 寒天 豚肉 パーコン
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご トマト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 かーが ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川線・玉薗山 合学造り [集落 733 kcal 29.9 g 22.2 g 2.8 g 牛乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 4乳 サy ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米バター砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根 人参 ちんげん菜 ねぎ えのき茸	十字し 潜伏中 I P P ン・琉球王国	牛乳 縄文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳 チズスムレッ ツワ わかめ 昆布のり寒天 豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャバッ コーン セリ 玉ねぎ 人参 トマト
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 かーり ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇道 中乳 合澤造り 集落 733 kcal 29.9 g 4乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 4乳 サy ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米 バター砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぶり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根 人参ちんげん菜	十子し 潜伏中 I シタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 4	牛乳 海文遺跡群	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 牛乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンこま 油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳 チーズ オムパッ サ わかめ 昆布 のり 寒天 豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんごトヤ 大根 きゅうり コーン ボ じゃが芋 ルール ハヤシルク ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇笛 牛乳 含掌造・川廉落 733 kcal 29.9 g 22.2 g 2.8 g キ乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖ごま 日玉もち	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ ※バター砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根 人参ちんげん菜 ねぎ えのき茸 米油 砂糖 じゃが芋	十字し 潜伏中 10 タン・琉球王国	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 大根 玉ねぎ しめじ キャバツ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 第のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉 チェブ しらす 高野豆腐 140.9 ほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき 米油 ア・モンド 砂糖 里芋	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉 アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キ乳 チ朮 ネムレッ サ ゎゕめ 昆布 のり 寒天 豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 切んごきゅうり キャパッ ワ ニーシ セリ 玉ねぎ 人参 トマト 米粉パンごま 砂糖 油 じゃが芋
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドバト 大根 きゅうりコン・ 米 じゃが芋 かーり ハヤルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川線・玉箇箇山 合掌造・以廉客 733 kcal 29.9 g 22.2 g 2.8 g 4乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖 ごま 白玉もち	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トヤト きゅうり 人参 コ-ン 大根 ねぎ 米パター砂糖 小麦粉 じゃが芋油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡鳥の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根人参ちんげん菜 ねぎえのき茸 米油 砂糖 じゃが芋	十字1 潜伏中10夕2・琉球王園 719 kcal! 33.8 g 16.6 g 3.3 g 中乳 原内 さつま揚げ卵 あさり卵 主義 にんにくきくらげ 筍 人参 もやし 白菜 ねぎ たくあん しらたき 中華めん 油 砂糖 29 大麦めん けんちんつけ汁厚焼き玉子 たくあん和え 牛乳 739 kcal! 32.4 g 中乳 鶏肉卵 3.4 g 十水 ッカ 松菜 たくあん 大麦めんごま油 里芋ごま や魚、野菜など、動植物	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうりコン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 第のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉 チェバ しらす 高野豆腐 キャバッほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき 米油 ア・モンド 砂糖 里芋 食事のあいさつをきちんとする 1	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバツ 人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパンチーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 年乳 チーズ アムレツ ツ ア ト ア ン ス g 年乳 チーズ アムレツ ツ ア ト ア ン ブ 切んごきゅうり キャバツ ワーン セリ 玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま 砂糖 油 じゃが芋 事のあいさつの「いただ
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんごトヤ 大根 きゅうり コーン ボ じゃが芋 ルール ハヤシルク ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏 ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川郷・五箇笛 牛乳 含掌造・川廉落 733 kcal 29.9 g 22.2 g 2.8 g キ乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャベツ 人参 ピーマン 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖ごま 日玉もち	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マジュームトマト きゅうり 人参コーン 大根 ねぎ 米 バター 砂糖 小麦粉 じゃか芋 油 28	十子し 潜伏中 D タン・琉球王国	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうりコーン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 第のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ 中乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉 チェブ しらす 高野豆腐 14ペッほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき 米油アーモンド 砂糖 里芋 食事のあいさつをきちんとする 150	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャベザ人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g 牛乳 チーズオムレザササ わかめ 昆布のり 寒天 豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャバザワ コーン セリリ玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま砂糖 油 じゃが芋 ②事のあいさつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんごトヤ 大根 きゅうり コ・ン ボール 大根 きゅうり コ・ン ボール かけ の具 昆布和え 雪見汁 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 4乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ **バター砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 こ はん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根人参ちんげん菜 ねぎえのき茸 **油砂糖 じゃが芋 食べ物を大切にする ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	十子し 潜伏中 D タン・琉球王国	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやしきゅうりコーシ ねぎ 米油砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 第のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉 チズ しらす 高野豆腐 14ペッほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき 米油ア・モンド 砂糖 里芋 食事のあいさつをきちんとする 150 kcal 15	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ゙人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま 油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キ乳 チーズ オムパッ゚ワ サ わかめ むよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャパッ゚ワーウ セリ 玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま 砂糖 油 じゃが芋 事 の あい さつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ②べ物の命や料理に関わる
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドバト 大根 きゅうり コンツ 米 じゃが芋 かーが ハヤシルウ ごま油 砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川線・玉箇路 733 kcal 29.9 g 4乳 豚肉 みそ 昆布 油揚げ かまぼこ にんにく キャッツ 人参ピージ 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖 ごま 白玉もち 1月の予定・8日 給食開始	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 光バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28	十子し 潜伏中 (シタン・琉球王国 719 kcal 33.8 g 16.6 g 3.3 g 16.6 g 3.3 g 4 m m m m m m m m m m m m m m m m m m	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が ごはん 考えたこんだで 鶏のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ 牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 第回 第回 第回 第回 第回 第回 第回 第	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバツ人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芽 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キキ乳 チェス オムレツ サ ħかめ 昆布のり寒天豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャパツ コーシ セリ玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま砂糖油 じゃが芽 ②事のあいさつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ミべ物の命や料理に関わる 人々への、感謝の気持ちが
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 年乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねぎ 人参りんご ドバト 大根 きゅうり コーン 米 じゃが芋 ルー・ ルー・ ルト・ ルー・ ルト・ ルー・ ルト・ ルト・ ルー・ ルト・ ルト・ ルト・ ルト・ ルト・ ルト・ の具 昆布和え 雪見汁 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 光バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28	十子し 潜伏中 D タン・琉球王国	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が ごはん 考えたこんだで 鶏のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ 牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 第回 第回 第回 第回 第回 第回 第回 第	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ゙人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま 油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キ乳 チーズ オムパッ゚ワ サ わかめ むよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャパッ゚ワーウ セリ 玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま 砂糖 油 じゃが芋 事 の あい さつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ②べ物の命や料理に関わる
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねき 人参りんご ドバト 大根 きゅうりコンツ 米 じゃが芋 かーり ハヤルウ ごま油砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川県・五箇首本 1月の予定 でんにく キャベッ人参ビージ 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖 ごま コ月の予定・8日 給食開始	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュルーム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ ※バター砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28 ごはん ぶりカツ 大根の煮あえ もずくのみそ汁 アルビ牛乳 佐渡鳥の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ぷり 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根 人参ちんげん菜 ねぎ えのき茸 米油 砂糖 じゃが芋 食べ物を大切にする ※	十乳 潜伏 中	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 もやし きゅうりコン 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 30 加茂中2年生が ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉 チェバ しらす 高野豆腐 キャバッほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき 米油 ア・モンド 砂糖 里芋 食事のあいさつをきちんとする 15 15 15 15 15 15 15 1	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバツ人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芽 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キキ乳 チェス オムレツ サ ħかめ 昆布のり寒天豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャパツ コーシ セリ玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま砂糖油 じゃが芽 ②事のあいさつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ミべ物の命や料理に関わる 人々への、感謝の気持ちが
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 41.8 g 2.9 g 41.8 kg 2.9 kg 1 kg 2.9 kg 1 kg 2.9 kg 2.1 kg 2.7 kg 2 kg 2.7 kg 2.7 kg 2 kg 2.8 g 4.1 kg 4.1 kg 2.8 g 4.1 kg 4.1	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 年乳 ツナ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシュル-ム トマト きゅうり 人参 コーン 大根 ねぎ 米バター 砂糖 小麦粉 じゃが芋 油 28	十子し 潜伏中 シタン・琉球王国	年乳 編文遺跡群 78.0 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 人参 毛やしきゅうりコーン ねぎ ※油砂糖 ごま じゃが芋 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 鶏のから揚げ ほうれん草とアーモンドのチーズあえ 高野豆腐と里芋の卵とじ牛乳 みかんゼリー 823 kcal 38.6 g 27.3 g 2.5 g 年乳 鶏肉チズ しらす 高野豆腐 卵 14ペッほうれん草 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 みかん しらたき ※油ア・モンド 砂糖 里芋 食事のあいさつをきちんとする 15.0 km	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳豚肉魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キャバッ゙人参玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま油砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キ乳チーズネムッ゚ツサ わかめ 昆布のり寒天豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 りんごきゅうり キャパッ゚ワーウ セロリ 玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま砂糖 油 じゃが芋 ②事のあいさつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ②べ物の命や料理に関わる 人々への、感謝の気持ちが 込められています。
768 kcal 29.4 g 21.8 g 2.9 g 4乳 豚肉 脱脂粉乳 鶏肉 にんにく生姜 玉ねき 人参りんご ドバト 大根 きゅうりコンツ 米 じゃが芋 かーり ハヤルウ ごま油砂糖 ごま 27 ごはん 鶏ちゃん丼の具 昆布和え 雪見汁 岐阜・富山県 白川県・五箇首本 1月の予定 でんにく キャベッ人参ビージ 白菜 きゅうり 大根 しめじ 小松菜 ねぎ 米ごま油 砂糖 ごま コ月の予定・8日 給食開始	800 kcal 28.3 g 27.9 g 2.8 g 4乳 ザ ひじき 厚揚げ わかめ みそ 玉ねぎ 舞茸 マッシューム トマト きゅうり 人参コーン 大根 ねぎ アルビ 中乳 佐渡島の金山 814 kcal 26.1 g 23.8 g 3.0 g 牛乳 ボリカ 打ち豆 わかめ 豆腐 もずく 油揚げ なると みそ 大根 人参 ちんげん菜 ねぎ えのき茸 米油砂糖 じゃが芋 食べ物を大切にする 米油砂糖 じゃが芋 食べ物を大切にする	十乳 潜伏 中	年乳 編文遺跡群 780 kcal 29.2 g 23.8 g 2.9 g 2.9 g 2.9 g 年乳 大豆 わかめ かまぼこ 鮭 みそ 大根 玉ねぎ しめじ キャバッ ねぎ 米油 砂糖 ごま じゃが芽 30 加茂中2年生が 考えたこんだで 30 加茂中2年生が 51 52 52 53 53 54 54 54 54 54 54	872 kcal 29.8 g 31.3 g 3.8 g 年乳 豚肉 魚粉 ウィンナー みそ 粉チーズ キネバッ゙人参 玉ねぎ にんにく かぼちゃ プロッコリー しめじ トマト パンごま 油 砂糖 マカロニ じゃが芋 31 米粉アップルチップパン チーズオムレツ 海藻 サラダ ポークビーンズ 牛乳 781 kcal 37.1 g 26.6 g 3.3 g キ乳 チース アムルグサナ わかめ 昆布 のり 寒天 豚肉 パーコン ひよこ豆 いんげん豆 大豆 リんごきゅうり キャパッ゚ コーン セリ 玉ねぎ 人参 トマト ※粉パンごま 砂糖 油 じゃが芋 ② 事のあい さつの「いただ きます」「ごちそうさま」には、 ② べ物の命 や料理に関わる 人々への、感謝の気持ちが 込められています。 ②器に食べ残しがないようにし

※学校町共同調理場では22日~28日に実施します。

日本の学校給食は、削治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立記愛小学校で提供されたのが始まりとさ れています。その後、各地に広まったものの、戦争による後料不覚で予斷されてしまいました。 戦後、予ども たちの発養不足を改善するため、婚和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア教済公認団体)」から、옮後 ・角物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京 都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和 25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定 められました。全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、給食につい てあらためて考える機会にしてほしいと思います。



加茂中2年生が考えた献立が給食に登場します!

クロセータータータータートーターの2窄生が、2学期の家庭科の授業で「給食の献立づくり」に挑戦しました。近で協力し、①栄養バラン ス、②彩り、③筍(地場産物)、④鉄・カルシウムをとる工夫、という4つの観点のほか、テーマ・食べる人のこと・給食 ならではの調理方法や減塩のポイントなども考慮し、1つの作品に仕上げました。調理場の調理能方に制限があるた め、観流が高得流でも全流採用とはいかない難もありましたが、可能な限り1・2月の給食に組み込んでいます。ど の班も喰られた時間の中で上手に意見をまとめ、素晴らしい献立のプレゼンをしていました。

1月16日(木) 受験生応援献立 2年2組3班の作品

「Winter みんな winner」

- ・ごはん
- ・みそカツ
- 福神漬け和えかき玉汁
- 牛乳。
- ・りんご

~授業のプレゼンより~

温かい給食で冬の寒さも楽しくのりこえよ う!そして自分にも勝ち「勝者」になるのだ! という、受験生への応援メッセージを込めた 献立です。縁起良く、みそ「勝つ」に福を呼び込 む「福神」漬けあえ、冬においしい食べ物を組 み合わせています。

1月30日(木) テスト応援献立 2年2組1班の作品

「ブレインフードで頭が良くなる!?献立」

- ・ごはん
- 鶏のから揚げ
- ほうれん草とアーモンドのチーズあえ
- ・高野豆腐と里芋の卵とじ
- 牛乳。
- ・みかんゼリー

~授業のプレゼンより~

ブレインフードと呼ばれる頭が良くなるとい われている食材を取り入れました。冬におい しい食べ物を入れ、カルシウムや鉄をとれる 工夫もしています。受験勉強を頑張っている 3年生を応援するために、全校で勉強を頑張 ろう!という思いが込められています。

2月は2年1組の生徒が考えた献立が登場します!お楽しみに