



こんだてひょう



蟹江町給食センター

日 曜	こんだて名	赤の食べ物(おもに血・肉・骨になるもの)		緑の食べ物(おもに体の調子をととのえるもの)		黄の食べ物(おもに働く力になるもの)		備考
		1群 牛乳	2群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	3群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	4群 緑黄色野菜	5群 その他の野菜・果物・きのこ	6群 米・パン・めん・いも	
		ごはん	牛乳	トマト	にんにく えだまめ マッシュルーム	こめこ かたくりこ しろいんげんまめ さとう	オリーブオイル	
1月	ごはん 牛乳 とりにくのトマトにのみ カラフルサラダ コンソメスープ	牛乳	トマト あかビーマン キャベツ とうもろこし	にんじん ごまつな バセリ	たまねぎ えのきだけ	ごはん	かんきつドレッシング	舟入なし
2月	ごはん 牛乳 ひじきごはんのぐ わかさぎのからあげ ちゃんこじる	牛乳	ひじき	にんじん	たまねぎ しょうが だいこん こんにゃく ねぎ	ごはん	あぶら	お魚チャレンジー わかさぎ
3月	ごはん 牛乳 やさいしゅうまい 小2・中3	牛乳			とうもろこし たまねぎ キャベツ しょうが	ごはん		【わかさぎ】 (2日)
4月	ごはん 牛乳 いわしのうめに すきやきふうに みかん	牛乳	あかじそ	にんじん	しゃうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ	さとう	あぶら	学戸小6年なし
5月	サンドイッチパンズ 牛乳 モスチキン フレンチサラダ カレースープ	牛乳	みずな	にんじん グリーンピース	キャベツ きゅうり たまねぎ かぶ マッシュルーム	サンディービンズパン パンこめこ こむぎこ さとう	あぶら	モスチキンは、モスバーガーさんからいただきました
6月	ごはん 牛乳 あげまぐろのごまがらめ	牛乳				ごはん		
7月	ごはん 牛乳 にくじやが おまめのサラダ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	さとう かたくりこ こめこ	あぶら ごま		
8月	ごはん 牛乳 あげまぐろのごまがらめ にくじやが おまめのサラダ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じやがいも さとう	あぶら		
9月	ごはん 牛乳 とりにくやさいのしおこうじやき マカロニサラダ こんさくのみそしる	牛乳	にんじん	キャベツ	ひよこまめ	コーンクリーミードレッシング		蟹江中3年なし
10月	ごはん 牛乳 ミートソースのぐ いかフリッター 小2・中3 チーズサラダ(乳除去食:有)	牛乳	グリーンピース トマト	にんにく たまねぎ マッシュルーム	ごめこのハヤシルウ さとう かたくりこ	あぶら		【かぶ】 (9日)
11月	ごはん 牛乳 さけときゅうりのまぜごはんのぐ わふうコロッケ かんとうに	牛乳		きゅうり とうもろこし	じやがいも パンこ さとう こむぎこ	あぶら		あとじ 太文字の ごまつな、 れんこん、あかじそ キャベツ、とうふ
12月	りんごパン 牛乳 じゃがいものベーコンやき ふゆやさいのとうにゅうチュー ツナとやさいのサラダ	牛乳	バセリ	れんこん たまねぎ	じやがいも オリーブオイル	あぶら		あとじ じゃがいも あいのけんさん しらう よてい は愛知県産を使用する予定です。
13月	ごはん 牛乳 ちくわのべにしうがい 小2・中3 ひじきサラダ いものこじる	牛乳	にんじん ほうれんそう	れんこん たまねぎ	ごめこのホワイトルウ	あぶら		
14月	ごはん 牛乳 ちくわのべにしうがい 小2・中3 ひじきサラダ いものこじる	牛乳	ひじき	キベツ	さとう ごまだれッシング			
15月	ごはん 牛乳 ちくわのべにしうがい 小2・中3 ひじきサラダ いものこじる	牛乳	にんじん とうふ	ごはう こんにゃく しめじ ねぎ	さとう			
16月	ごはん 牛乳 めばるのみそマヨネーズやき こうやどうふのうまい きゅうりのしおこんぶんあえ	牛乳	めばる みそ	にんじん さやいんげん	たまねぎ じやがいも さとう	あぶら		
17月	ごはん 牛乳 はるまき	牛乳	にんじん	しおこんぶ	じやがいも さとう	あぶら		“おうちでごはんの日”
18月	ごはん 牛乳 あかじそごはんのもと チキンカツ ごまつなあえもの はちはいじる	牛乳	あかじそ	にんじん	はるさめ かたくりこ さとう	あぶら		食育献立 あかじそ ごまつな とうふ はちはいじる
19月	ごはん 牛乳 こめこのハヤシライス のみのきハンバーグ ブロッコリーサラダ <セレクトバースデーテザート> A:おこめのココア＆いちごあじカッブケーキ B:いちごプリン C:ラ・フランス・ゼリー	牛乳	にんじん グリーンピース トマト ブロッコリー	たまねぎ マッシュルーム たまねぎ にんにく しゅうが キャベツ とうもろこし	じやがいも こめこのハヤシルウ さとう さとう かたくりこ イタリアンドレッシング	あぶら		バースデーランチ 【冬至】 (22日)
20月	ごはん 牛乳 かぼちやいりごもくうどんのしる ぶりのゆずみそに れんこんサラダ	牛乳	にんじん かぼちゃ ごまつな	はくさい まししいたけ じゅうが ゆず	しらたまうどん かたくりこ わふうドレッシング	あぶら		冬至給食 【冬至】 (22日)

魚卵注意 2日(火)わかさぎのからあげ 4日(木)いわしの梅煮

材料等の都合により献立や産地が変更することがあります。