



給食献立予定表

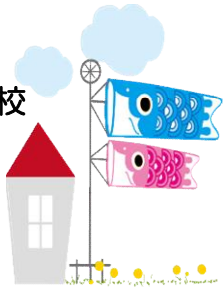
宇都宮市立豊郷北小学校



今月の給食目標

あか たの きゅうしょく

明るく楽しい給食にしよう！

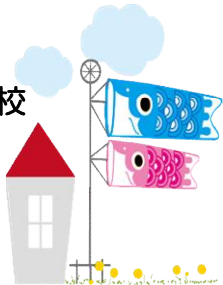


日付	こんだてめい	kcal タバコ(g) 脂質(g)	おもなざいりょう		
			ち 血やにくになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる
1月	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	634	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ひきにくとまめのカレー	23.3	ぶたにく ぎゅうにく おおふくまめ	にんにく たまねぎ トマト にんじん	あぶら ルウ
	ゆで野菜	17.0		キャベツ もやし にんじん	
2火	たけのこごはん ぎゅうにゅう 牛乳	699	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく えだまめ	たけのこ にんじん	こめ むぎ
	さわらのネギみそ焼き	31.2	さわら みそ	ねぎ	さとう
	★こどもの の日献立	19.5	あぶらあげ	こまつな にんじん	
	煮びたし すまし汁 かしわもち		わかめ なると とうふ	ねぎ	かしわもち
8月	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	639	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ハンバーグ (ケチャップソース)	22.6	ハンバーグ		ケチャップ ソース さとう
	ゆで野菜 みそ汁	17.6	みそ わかめ	キャベツ にんじん こまつな たまねぎ	じゃがいも
9火	コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	695	ぎゅうにゅう		コッペパン ブルーベリージャム
	タンドリーチキン ゆで野菜	27.4	とりにく ヨーグルト	キャベツ にんじん コーン フロccoli	
	野菜の塩スープ	25.4	ぶたにく	こまつな しいたけ はくさい にんじん だいこん ねぎ	はるさめ
10水	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	567	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	しろみさかなのピリ辛焼き	25.8	ほき とうばんじゃん	にんにく ねぎ りんご	ごま
	ゆで野菜 アーモンド和え	13.6		キャベツ もやし こまつな	アーモンド
	さつき汁 ふりかけ		みそ	ごぼう たけのこ にんじん いんげん	やさしいふりかけ
11木	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	673	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	はるま 春巻き ナムル	17.4	はるまき	こまつな キャベツ にんじん	ごまあぶら ごま
	ちんげんさいと豆腐のスープ	25.4	とうふ わかめ	ちんげんさい たまねぎ にんじん	
12金	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	652	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	とり肉のつけこみ焼き	23.0	とりにく	ねぎ にんじん	ごま
	おひたし	19.8	けずりぶし	ほうれんそう キャベツ もやし	
	みそ汁		みそ あぶらあげ	こまつな	じゃがいも
15月	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	645	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	あじフライ ごま和え	26.0	あじ	こまつな キャベツ もやし にんじん	こむぎこ パンこ あぶら ソース ごま さとう
	みそ汁	20.2	みそ あぶらあげ わかめ	もやし	
16火	こめこ 米粉パン ぎゅうにゅう 牛乳	636	ぎゅうにゅう		こめこパン チョコクリーム
	マカロニのクリーム煮	25.7	ベーコン むきえび チーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん アスパラ マッシュルーム グリンピース	マカロニ こむぎこ マーガリン
	ゆで野菜 バナナ	21.2		キャベツ こまつな コーン バナナ	
17水	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	601	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぶた肉のワイン焼き	27.2	ぶたにく	しょうが パセリ	さとう ワイン
	だいこん いそべ和え	14.5	のり	だいこん ほうれんそう	ごま ごまあぶら
	みそ汁		みそ わかめ	たまねぎ	じゃがいも



今月の給食目標

明るく楽しい給食にしよう！



日付	こんだてめい	kcal タバコ(g) 脂質(g)	おもなざいりょう		
			ち 血やにくになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる	ちから ねつ 力や熱のもとになる
18 木	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	658	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	いわしのごまみそ煮	25.1	いわし みそ		ごま
	さっぱり和え	18.2		もやし こまつな キャベツ	す
	ぶた肉と野菜のうま煮		ぶたにく	にんじん たまねぎ ごぼう ししいたけ いんげん	じゃがいも
19 金	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	659	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	じゃこカツ おひたし	19.1	じゃこカツ	こまつな キャベツ にんじん	あぶら ごま
	いなか汁	17.8	とり みそ とうふ	かんぴょう にんじん ごぼう ほうれんそう	じゃがいも こんにゃく
22 月	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	616	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	さばの文化干し ゆで野菜	25.5	さば	キャベツ にんじん こまつな	
	きりぼ だいこん いた に 切干し大根の炒め煮	18.8	ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん いんげん	さとう ごま
23 火	ナン ぎゅうにゅう 牛乳	585	ぎゅうにゅう		ナン
	チリコンカン	25.5	だいず ぶたにく ぎゅうにく ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ トマト	
	ゆで野菜 ヨーグルト	19.2	ヨーグルト	にんじん ブロッコリー	じゃがいも
24 水	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	634	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	とりの唐あげ	31.1	とりにく	しょうが にんにく	あぶら でんぶん
	からし和え みそ汁	18.8	みそ とうふ あぶらあげ	もやし にんじん こまつな キャベツ ほうれんそう	
25 木	むぎい 麦入りごはん ぎゅうにゅう 牛乳	647	ぎゅうにゅう		こめ むぎ
	ぶた肉と宮野菜炒め	27.6	ぶたにく	アスパラガス トマト たまねぎ	あぶら しおこうじ
	はるやさい 春野菜みそ汁	15.2	みそ	たまねぎ なら	じゃがいも
	ごま酢和え ミルクプリン			かんぴょう にんじん キャベツ コーン	す ごま さとう ミルクプリン (イチゴソース)
26 金	セルフ二色丼	697	たまご とりにく	グリーンピース ねぎ	こめ むぎ さとう あぶら
	ぎゅうにゅう 牛乳	30.9	ぎゅうにゅう		
	どさんこ汁	22.6	みそ ぶた わかめ	にんじん もやし コーン にんにく	じゃがいも バター
30 火	セルフ焼きそばサンド	690	ぶたにく のり	きゃべつ たまねぎ にんじん	コッペパン めん ソース あぶら
	ぎゅうにゅう 牛乳	25.8			
	カレースープ あんにんゼリー	20.6	ベーコン ぶたにく	にんじん たまねぎ パセリ カレーこ	じゃがいも あんにんゼリー
31 水	ひき肉と野菜のあんかけ丼	630	ぶたにく	しょうが たまねぎ ねぎ えのきだけ にんじん	こめ むぎ あぶら
	ぎゅうにゅう 牛乳	24.5	ぎゅうにゅう		
	こんさい 根菜のすまし汁	20.4	あぶらあげ	にんじん だいこん ごぼう こまつな	こんにゃく でんぶん

給食実施回数 19回【米飯 15回 / パン 2回 / 米粉パン 1回】

※給食内容は、都合により変更になることがあります。

※お米は、宇都宮市産のコシヒカリを使用しています。

※牛乳（栃木県産）は毎日です。

※パンの小麦粉は、宇都宮産100%です。



お知らせ

1日（月）給食再開

【保護者の皆様】

給食室にエアコンが設置されたことで、温度管理がしやすくなり
温度管理による食中毒等の事故を防ぎやすくなりました。
お弁当持参のご理解とご協力ありがとうございました。