



ひょうび	1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	14日(火)	15日(水)	16日(木)
こんだてめい	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげのねぎだれ さつまいものみそ	ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう カレーうどん こまつなソテー	パン ぎゅうにゅう ポークビーンズ こんさいの マヨネーズいため	ごはん ぎゅうにゅう さといもの そぼろあんかけ とうふのみそ	パン ぎゅうにゅう オムレツ ラタトゥイユ コンソメスープ	むぎごはん ぎゅうにゅう チンジャオロース ごもくスープ	ごはん ぎゅうにゅう こもちしやもフライ くきわかめのごもくに にゅうめんじる	こめごはん ぎゅうにゅう ハンバーグ きのこしょうゆソース さつまいもシチュー	パン ぎゅうにゅう あげきょうざ はくさいとほろろめ いためもの ちゅうかスープ	ごはん ぎゅうにゅう さばのたつたあげ こまつなごまいため とうにゅうじる	ごはん ぎゅうにゅう パッタイ ゲーンチュートーフ マンゴープリン
ざいりようめいおよびしよりりよう(9)	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげ しろねぎ にんにく さとう こいくちしょうゆ みりん みず でんぶん さつまいも たまねぎ にんじん だいこん うすあげ えのきたけ あおねぎ だしパック みそ みず	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにく うどん たまねぎ にんじん かまぼこ うすあげ あおねぎ パセリ カレー こいくちしょうゆ だしパック みず コンソメ さとう うすくちしょうゆ あぶら	パン ぎゅうにゅう ぶたにく あかワイン じゃがいも たまねぎ にんじん だいず ひよこめ しめじ パセリ ケチャップ ウスターソース コンソメ さとう みず ごぼう れんこん にんじん ベーコン えだまめ うすくちしょうゆ さとう あぶら すりごま	ごはん ぎゅうにゅう さといも でんぶん あぶら ぶたひきにく にんじん つちしょうが さとう りょうりしゅ みりん こいくちしょうゆ でんぶん さつまいも だいたい たまねぎ えのきたけ うすあげ あおねぎ だしパック みそ みず	パン ぎゅうにゅう オムレツ ベーコン にんにく なす かぼちゃ パブリカ(き) カットマト オリーブあぶら ケチャップ コンソメ あかワイン しお こしょう さとう みず ウイナー キャベツ たまねぎ にんじん コーン しめじ じゃがいも パセリ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ みず	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにく さとう こいくちしょうゆ ピーマン にんじん たまねぎ だいこん あぶら さとう こいくちしょうゆ りょうりしゅ ウスターソース オムレツ でんぶん やきぶた たまねぎ はくさい さとう みず ウイナー キャベツ たまねぎ にんじん コーン しめじ じゃがいも パセリ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ みず	ごはん ぎゅうにゅう こもちしやもフライ あぶら くきわかめ ぶたにく ひらてん にんにく たまねぎ だいこん いりごま さとう こいくちしょうゆ みりん あぶら そうめんのふし とりさきまほくし たまねぎ こまつな えのきたけ うすあげ あおねぎ にんじん うすくちしょうゆ りょうりしゅ だしパック みず	こめごはん ぎゅうにゅう ハンバーグ しめじ えのきたけ たまねぎ あぶら こいくちしょうゆ さとう でんぶん さつまいも ベーコン たまねぎ にんじん パセリ ぎゅうにゅう スキムミルク こめごはん コンソメ こしょう みそ みず	パン ぎゅうにゅう はくさい あぶら はくさい はるさめ こまつな にんじん すりごま ふんまつスープ うすくちしょうゆ すりごま いりごま ぶたにく わかめ かまぼこ とうふ きりぼしだいこん たまねぎ にんじん パセリ ぎゅうにゅう スキムミルク えのきたけ にんじん あおねぎ えのきたけ えきたいスープ ふんまつスープ うすくちしょうゆ でんぶん みず	ごはん ぎゅうにゅう さばのたつたあげ あぶら ウイナー さとう こまつな しめじ こいくちしょうゆ いりごま さとう だいたい あおねぎ にんじん みそ うすくちしょうゆ だしパック みず	ごはん ぎゅうにゅう さといも えだまめ うすくちしょうゆ さとう あぶら すりごま
	しゅん しよくざい 旬の食材 さつまいも			しゅん しよくざい 旬の食材 さといも			しゅん しよくざい 旬の食材 さつまいも		しゅん しよくざい 旬の食材 さつまいも		せかい りようり 世界の料理 タイ
	榎原市の観光PRキャラクター さらちゃんやこだいちちゃんと 榎原市学校給食後援団アンバ サダー リュウが食育をお知らせ します。			おつきみ お月見		おつきみ お月見	おつきみ お月見		おつきみ お月見		おつきみ お月見
	減塩ですが 薄味を感じさせない工夫を した献立を考えています。			減塩ですが 薄味を感じさせない工夫を した献立を考えています。			減塩ですが 薄味を感じさせない工夫を した献立を考えています。		減塩ですが 薄味を感じさせない工夫を した献立を考えています。		減塩ですが 薄味を感じさせない工夫を した献立を考えています。
	13日 スポーツの日						13日 スポーツの日		13日 スポーツの日		13日 スポーツの日
	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか
	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし

ひょうび	17日(金)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
こんだてめい	パン ぎゅうにゅう ホットドッグのぐ ミネストローネ	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとキムチの いためもの トックスープ	パン ぎゅうにゅう リリーのタコスサンド アルファベット マカロニスープ	ごはん ぎゅうにゅう ブロッコリーの ちゅうかあえ マーボーどうふ	ごはん ぎゅうにゅう いわしのおかか ほうれんそうとひじきの ポンずあえ ぶたじる	パン ぎゅうにゅう にくだんごとかぼちゃの あまずあん もずくスープ	ごはん ぎゅうにゅう がね(かきあげ) かねんしゅい	パン ぎゅうにゅう ペンネのトマトに ほうれんそうのソテー	むぎごはん(おおめ) ぎゅうにゅう カレー コールスローサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ビビンバどん わかめスープ	まるパン ぎゅうにゅう セルフカツバーガー やさしいたつぷり あったかスープ
ざいりようめいおよびしよりりよう(9)	パン ぎゅうにゅう フランスフル キャベツ にんじん ピーマン あぶら コンソメ カレー しお こしょう ベーコン むぎ たまねぎ にんじん じゃがいも セロリ スキムミルク だいず カットマト トマトピューレ コンソメ オリーブあぶら こしょう みず	むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたにく はくさいキムチ にんじん たまねぎ いりごま さとう こいくちしょうゆ りょうりしゅ ごまあぶら トックス とうふ たまねぎ チンゲンサイ にんじん あおねぎ ふんまつスープ えきたいスープ うすくちしょうゆ みず	パン ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたひきにく だいず しお こしょう たまねぎ にんじん つちしょうが あぶら りょうりしゅ ケチャップ ウスターソース さとう こいくちしょうゆ コンソメ カレー チーズ キャベツ ベーコン たまねぎ にんじん こまつな エリンギ マカロニ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう みず	ごはん ぎゅうにゅう ブロッコリー す うすくちしょうゆ さとう ごまあぶら どうふ ぶたひきにく にんじん エリンギ あおねぎ ほししいたけ つちしょうが にんにく ふんまつスープ トウバンジャン りょうりしゅ こいくちしょうゆ あかみそ みそ さとう でんぶん みず	ごはん ぎゅうにゅう いわしのおかか ほうれんそうとひじきの ポンずあえ ぶたじる ブロッコリー す うすくちしょうゆ さとう ごまあぶら どうふ ぶたひきにく にんじん エリンギ あおねぎ ほししいたけ つちしょうが にんにく ふんまつスープ トウバンジャン りょうりしゅ こいくちしょうゆ あかみそ みそ さとう でんぶん みず	パン ぎゅうにゅう にくだんごとかぼちゃの あまずあん もずくスープ フランスフル キャベツ にんじん ピーマン あぶら コンソメ カレー しお こしょう ベーコン むぎ たまねぎ にんじん じゃがいも セロリ スキムミルク だいず カットマト トマトピューレ コンソメ オリーブあぶら こしょう みず	ごはん ぎゅうにゅう がね(かきあげ) かねんしゅい ちりめんじゃこ たまねぎ ちくわ ごぼう じゃがいも だいず ひじき こめごはん しお あぶら すいどん きりぼしだいこん さつまいも あつあげ はくさい にんじん えのきたけ あおねぎ だしパック うすくちしょうゆ みず	パン ぎゅうにゅう ペンネのトマトに ほうれんそうのソテー ぶたひきにく にんにく じゃがいも にんじん にんじん エリンギ スキムミルク カットマト ケチャップ トマトピューレ とうがらし コンソメ オリーブあぶら しお こしょう キャベツ コーン ウイナー コンソメ こいくちしょうゆ あぶら	むぎごはん(おおめ) ぎゅうにゅう カレー コールスローサラダ ぶたひきにく にんにく じゃがいも にんじん にんじん だいず スキムミルク カットマト ケチャップ コンソメ とうがらし カレー ローリエ グラムマサラ みず キャベツ コーン ウイナー コンソメ こいくちしょうゆ あぶら	ごはん ぎゅうにゅう ビビンバどん わかめスープ ぶたひきにく にんにく じゃがいも にんじん ほうれんそう きりぼしだいこん じゃがいも ごまあぶら さとう みりん こいくちしょうゆ でんぶん いりごま きんしたまご わかめ とうふ たまねぎ えのきたけ はくさい えきたいスープ ふんまつスープ うすくちしょうゆ りょうりしゅ みず	まるパン ぎゅうにゅう セルフカツバーガー やさしいたつぷり あったかスープ ミンチカツ あぶら キャベツ しお あぶら ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん かぼちゃ こまつな エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ みず
	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか	えいようか
	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし	おはし

あ：あかいろのたべもの・・・からだをつくるもとになるもの き：きいろのたべもの・・・ねつやちからになるもの み：みどりいろのたべもの・・・からだのちょうしをとどのえるもの



このマークは「奈良のしか」です。食品の横にこのマークがあるものは、奈良県でとれた食べ物を表しています。こだいちちゃんと、奈良のしかを探してみよう。



このマークは「奈良のしか」です。食品の横にこのマークがあるものは、奈良県でとれた食べ物を表しています。こだいちちゃんと、奈良のしかを探してみよう。



このマークは「奈良のしか」です。食品の横にこのマークがあるものは、奈良県でとれた食べ物を表しています。こだいちちゃんと、奈良のしかを探してみよう。



このマークは「奈良のしか」です。食品の横にこのマークがあるものは、奈良県でとれた食べ物を表しています。こだいちちゃんと、奈良のしかを探してみよう。