



	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
ひ・ようび	こんだてめい	まるパン ぎゅうにゆう てりやきハンバーグ キャベツのカレーソー たまねぎスープ	わかめごはん ぎゅうにゆう あつやきたまご はくさいのごまあえ ぶたじる	ごはん ぎゅうにゆう こもちししゃもフライ こまつなのゆずポンずあえ まごわやさしいじる	こめこパン ぎゅうにゆう ケバブチキン チョンサンラタス いろどりやさいの クリームスープ	ごはん ぎゅうにゆう じゃがいもとつくねの あまからいため おみいさん	ごはん ぎゅうにゆう はっぱうさぎ あげぎょうざ イナムドウチ	パン ぎゅうにゆう きのこスパゲッティ ストックサラダ	ごはん ぎゅうにゆう いわしのうめに ブロッコリーのごまあえ にくじゃが
ざいりょうめいおよびしょうりょう(9)	パン ぎゅうにゆう てりやきハンバーグ キャベツ ピーマン あぶら コンソメ カレーこ ウインナー たまねぎ にんじん コーン しめじ じゃがいも はるさめ パセリ コンソメ こしょう うすくちしようゆ みず	ごはん わかめごはんのもと ぎゅうにゆう あつやきたまご はくさい にんじん すりごま きりぼだいこん こいくちしようゆ さとう ぶたにく あつあげ だいこん たまねぎ にんじん ごぼう こんにやく あおねぎ だしパック みそ みず	ごはん ぎゅうにゆう こもちししゃもフライ あぶら ごまつな キャベツ きりぼだいこん ゆずポンず す さとう うすくちしようゆ たまねぎ かぼちゃ はくさい にんじん しめじ うすあげ わかめ すりごま みそ だしパック みず	こめこパン ぎゅうにゆう どりにく ガラマササ しお こしょう にんにく つちしょうが あぶら ガラマササ カレーこ どうがらし ケチャップ ノンエッグマヨネーズ レモンかじゅう さとう だいこん にんじん コーン レモンかじゅう しお こしょう オリーブあぶら さとう ベーコン ブロッコリー パプリカ(あか) にんじん じゃがいも たまねぎ にんにく スキムミルク ぎゅうにゆう コンソメ あぶら しお こしょう みず	ごはん ぎゅうにゆう じゃがいも にくだんご あぶら さとう こいくちしようゆ みりん でんぷん みず ぎどいも こまつな にんじん どうふ えのきたけ うすあげ だいこん むぎ だしパック みそ みず	ごはん ぎゅうにゆう ぶたにく あつあげ なると はくさい たまねぎ にんじん しいたけ こまつな つちしょうが りょうりしゅ うすくちしようゆ ふんまつスープ ごまあぶら でんぷん みず ぎょうざ あぶら	むぎごはん ぎゅうにゆう タコライス イナムドウチ ぎゅうひきにく ぶたひきにく しお こしょう たまねぎ にんにく 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 こいくちしようゆ コンソメ カレーこ チーズ キャベツ ぶたにく こんにやく かまぼこ にんじん たまねぎ うすあげ あおねぎ だしパック みそ みりん みず	パン ぎゅうにゆう スパゲッティ ぶたひきにく たまねぎ にんじん しめじ エリンギ ほうれんそう コンソメ こいくちしようゆ うすくちしようゆ オリーブあぶら にんにく しお こしょう きりぼだいこん わかめ きざみたかん コーン ノンエッグマヨネーズ さとう こんにやく	ごはん ぎゅうにゆう いわしのうめに ブロッコリー すりごま こいくちしようゆ さとう ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん さとう みりん
えいようか	Eエネルギーたんぱく質 560kcal 24.5g	Eエネルギーたんぱく質 585kcal 23.5g	Eエネルギーたんぱく質 555kcal 18.2g	Eエネルギーたんぱく質 575kcal 31.2g	Eエネルギーたんぱく質 624kcal 20.4g	Eエネルギーたんぱく質 593kcal 19.9g	Eエネルギーたんぱく質 628kcal 26.1g	Eエネルギーたんぱく質 605kcal 23.2g	Eエネルギーたんぱく質 623kcal 24.6g
おはし									

かしはらし かんこう
檜原市の観光PR キャラクター
さらちゃんやこだいちゃんと
かしはらしがっこうきょうしきおうえんだん
檜原市学校給食応援団アンバ
サダー リュウが食育をお知らせ
します。




©CAPCOM

せかい りょうり
世界の料理
トルコ



できるうろうしよく ひ げんせん
適量給食の日は、減塩ですが
うすあい かん くらう
薄味を感じさせない工夫を
した献立を考えています。



健康増進センターグループはとろ

あ:あかいろのたべもの…からだをつくるものになるもの 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とのえるもの

