

献立名		主な材料名				エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg)		
日	曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
1	火	あきあじごはん	さけのからあげ とうがんのそぼろじる		せいはいくまい くり でんぷん こむぎこ なたねあぶら さとう べいりゅうほく	ぎゅうにゅう さけ とりにく ぶたにく	とうがん ながねぎ にんじん こぼろ ほんしめじ まいたけ ねしょうが ほししいたけ	679 28.6 259
2	水	かしわうどん	おにまん かぶのつけもの		ぶくろいりしごなうどん こむぎこ さつまいも さとう バター	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ チーズ	かぶ ながねぎ こまつな にんじん きゅうり ほししいたけ	637 25.2 382
3	木	ちゅうかどん	とうふいりコーンスープ きよほう		むぎごはん でんぷん なたねあぶら さとう こまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく うずらたまご いか	はくさい きよほう コーン ちんげんさい たけのこ にんじん ながねぎ ほんのうねぎ ねしょうが ほししいたけ	643 26.2 336
4	金	フレッシュロール	クリームスバゲティ かいそうサラダ		スバゲティ こむぎこ フレッシュロール なたねあぶら バター オリーブゆ さとう	ぎゅうにゅう とりにく カナディアンベーコン なまクリーム わかめ エダムパウダー	きゃべつ たまねぎ コーン ほうれんそう きゅうり パセリ マッシュルーム にんじん	670 24.1 352
7	月	ごはん	さんまのしょうがに いそのかあえ たまごいりなめこじる		ごはん さとう	ぎゅうにゅう さんま たまご とうふ あかみそ しろみそ きざみり	ほうれんそう なめこ えのきだけ にんじん ほんのうねぎ ねしょうが	670 28.5 313
8	火	チキンカツカレー	さっぱりきゃべつ		ごはん じゃがいも パンこ こむぎこ なたねあぶら バター オリーブゆ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ きゃべつ にんじん きゅうり ねしょうが にんにく	699 27.8 281
9	水	ツイストパン	ほうれんそうと マカロニのグラタン ミネストラスープ		ツイストパン じゃがいも ツイストマカロニ こめこ バター オリーブゆ なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく カナディアンベーコン チーズ クリームチーズ	たまねぎ きゃべつ コーン ほうれんそう にんじん セロリ ホールトマト パセリ にんにく	643 25.6 381
10	木	わかめラーメン	スイートポテトフライ だいごんのちゅうかふうつけもの		ホットラーメン バター はるまきのかわ さとう なたねあぶら さつまいも こまあぶら	ぎゅうにゅう やきぶた わかめ	だいごん メンマ コーン ほうれんそう きゅうり パセリ ほしぶどう だいごんば	624 23.1 295
11	金	ごはん	ぶたにくのかくに こまつなのこみあえ みそじる		ごはん さとう しろこま こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ あかみそ しろみそ	ごんにやく こまつな もやし だいごん こぼろ えのきだけ ねしょうが ながねぎ にんじん にんにく	653 28.3 347
15	火	ごはん	マーボー豆腐 じゃこのあめに ナムル		ごはん でんぷん さとう こまあぶら なたねあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ ちりめんじゃこ	もやし ながねぎ こまつな にんじん いら ほししいたけ ねしょうが にんにく	629 28.9 458
16	水	かふう あんかけそば	しゅうまい みかん		ホットラーメン しゅうまいのかわ でんぷん なたねあぶら こまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	みかん はくさい もやし にんじん たまねぎ いら ながねぎ ほししいたけ ねしょうが にんにく	619 29.4 288
17	木	こぎつねごはん	いかのあまからに さつまじる		せいはいくまい さつまいも べいりゅうほく さとう なたねあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう いか あぶらあげ とりにく ぶたにく あかみそ しろみそ こおりとうふ	だいごん にんじん ごぼろ ながねぎ ほししいたけ	608 28.7 330
18	金	ごまいり きなこパン	とりにくとやさいのこみ ヨーグルト		ツイストパン じゃがいも なたねあぶら さとう しろこま	ぎゅうにゅう きなこ ヨーグルト とりにく	たまねぎ きゃべつ にんじん マッシュルーム	654 27.4 411
19	土	まいたけごはん	くりとりにくのにも もすくじる		せいはいくまい でんぷん くりかんろに さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ かまほこ しろみそ もすく	まいたけ たまねぎ ごぼろ えのきだけ ほんしめじ にんじん みつば ねしょうが	626 25.9 285
21	月	むぎごはん	にくじゃが しっとりふりかけ からしあえ		むぎごはん じゃがいも しろこま さとう なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ ちりめんじゃこ はなかつお	こまつな ごんにやく もやし にんじん たまねぎ	616 22.5 345
23	水	ごはん	さつまいもとりにくのあますがらめ おひたし みそじる		ごはん さつまいも でんぷん なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく あかみそ しろみそ あぶらあげ わかめ	こまつな きゃべつ えのきだけ にんじん	640 24.1 345
24	木	ぶたにくとごぼろの みそうどん	ぶかしいも ツナとやさいのこますあえ		ぶくろいりしごなうどん さつまいも しろこま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ あかみそ しろみそ あぶらあげ	きゃべつ ごぼろ えのきだけ ながねぎ こまつな ほうれんそう にんじん きりほしだいごん ねしょうが	619 25.6 377
25	金	ごはん	さばのカレーみそに こもくビーフン すましじる		ごはん ビーフン さとう なたねあぶら こまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう さば ぶたにく かまほこ しろみそ	きゃべつ こまつな えのきだけ にんじん ながねぎ ねしょうが ほししいたけ にんにく	626 28.5 283
29	火	スラッピージョー	パンプキンポタージュ フレンチサラダ		コッペパン こめこ なたねあぶら バター パンこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム カナディアンベーコン	かぼちゃ きゃべつ たまねぎ コーン きゅうり にんじん パセリ	637 26.1 377
30	水	ツナピラフ	きのこのバターじょうゆいため やさいスープ		せいはいくまい じゃがいも べいりゅうほく バター オリーブゆ なたねあぶら	ぎゅうにゅう ツナ とりにく ベーコン カナディアンベーコン	エリンギ ほうれんそう たまねぎ きゃべつ ほんしめじ にんじん マッシュルーム コーン パセリ にんにく	602 24.4 273
31	木	こどもパン	やきそば ヨーグルトポンチ		むしちゅうかめん さとう こどもパン なたねあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく プレーンヨーグルト あおのり	きゃべつ もやし みかんかん パイナップル おうとうかん たまねぎ にんじん	646 22.0 332
給食回数		《21回》		平均栄養量				640 26.2 336

※都合により献立を変更することがあります。・

[給食の放射性物質測定結果について]

入間市では、調理済給食全体を対象とした放射性物質検査を、各学校のローテーションにより実施し、安心な食材の提供に努めています。詳細及び最新の結果については、入間市公式ホームページ内の「原発事故による放射性物質の影響等」の「学校給食の放射性物質検査」をごらんください。

入間市公式ホームページURL http://www.city.iruma.saitama.jp/genpatsu/syokuzai_kensa/index.html

※ 給食費の引き落とし日は、毎月6日です。(6日に振替不能の場合のみ、15日に引き落としとなります。)