



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)	
27	火	カレーライス	キャベツのソテー	 250ml	ごはん じゃが芋 小麦粉 バター なたね油	牛乳 豚肉 ベーコン	玉ねぎ キャベツ コーン 人参 にんにく 根生姜	891 29.0 349
28	水	みそそばごはん	こんにゃくの炒り煮 もずく汁	 250ml	ごはん 砂糖 なたね油	牛乳 鶏肉 豚肉 かまぼこ 赤みそ もずく	こんにゃく 玉ねぎ 長ねぎ 人参	808 38.8 364
29	木	タンメン	とうもろこしパン 	 250ml	ホットラーメン 蒸しパンミックス バター なたね油 でん粉 ごま油	牛乳 豚肉 粉チーズ	キャベツ もやし コーン チンゲン菜 人参 長ねぎ 根生姜 にんにく	771 34.3 451
30	金	スラッピージョー	パンプキンポタージュ	 250ml	コッペパン 小麦粉 バター なたね油 パン粉 砂糖	牛乳 豚肉 ベーコン 生クリーム	かぼちゃ 玉ねぎ パセリ	851 33.0 426
2	月	防災の日献立	みそ汁	 250ml	ごはん 砂糖 なたね油	牛乳 豚肉 白みそ 赤みそ 凍り豆腐 わかめ	ごぼう えのきたけ 長ねぎ 干ししいたけ	765 34.1 357
		豚肉丼						
3	火	肉うどん	ちくわの磯辺焼き ミニトマト(2個) 	 250ml	袋入り地粉うどん なたね油 小麦粉	牛乳 豚肉 焼きちくわ 油揚げ あおさ	ミニトマト 長ねぎ 人参	877 36.6 356
4	水	わかめごはん	鶏肉のゆかり焼き みそ汁 	 250ml	ごはん 砂糖 なたね油	牛乳 鶏肉 豚肉 白みそ 赤みそ 油揚げ わかめ	キャベツ 小松菜 玉ねぎ 人参 ゆかり	790 36.8 405
5	木	バターロール	スパゲティナポリタン ウインナーソーセージ(2本)	 250ml	バターロール スパゲティ バター なたね油	牛乳 ウインナー ベーコン 粉チーズ	玉ねぎ 人参 生マッシュルーム ピーマン	899 34.8 420
6	金	ジャージャーメン	粉ふき芋 	 250ml	蒸し中華めん じゃが芋 ごま油 砂糖 なたね油 でん粉	牛乳 豚肉 赤みそ 八丁みそ あおさ	長ねぎ 人参 たけのこ 干ししいたけ 根生姜 にんにく	758 34.6 340
9	月	ごはん	焼肉(梨入り) トマトと冬瓜のスープ 	 250ml	ごはん 春雨 砂糖 なたね油 白ごま ごま油	牛乳 豚肉 鶏肉 赤みそ	冬瓜 トマト 小松菜 梨 長ねぎ にんにく	847 37.6 339
10	火	チキンライス	ベーコンとじゃが芋のスープ ヨーグルト	 250ml	ごはん じゃが芋 バター なたね油	牛乳 ヨーグルト 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ キャベツ 人参 生マッシュルーム	804 30.7 419
11	水	★ガパオ風ごはん	米粉めんのスープ	 250ml	ごはん 米粉めん なたね油 砂糖	牛乳 鶏肉 豚挽肉	玉ねぎ チンゲン菜 人参 ピーマン 根生姜 にんにく	817 34.7 339
12	木	黒パン	ポテトのチーズ焼き ミネストラスープ	 250ml	黒パン じゃが芋 マカロニ なたね油 砂糖	牛乳 ベーコン 鶏肉 チーズ	玉ねぎ 完熟トマト 人参 にんにく パセリ	755 31.0 470
13	金	まごわやさしい献立	鯖の文化干し 根菜のごま汁 	 250ml	ごはん じゃが芋 でん粉 なたね油 米粉 白ごま 砂糖	牛乳 鯖 鶏肉 豚肉 赤みそ 油揚げ 白みそ ひじき	糸こんにゃく 人参 ごぼう 大根 長ねぎ 干ししいたけ 根生姜	892 38.6 412
		ひじきごはん						
17	火	お月見献立	白玉団子 青菜の炒めもの 	 牛乳	袋入り地粉うどん 白玉団子 砂糖 なたね油 ごま油	牛乳 鶏肉 あずき ベーコン 油揚げ	キャベツ しめじ 長ねぎ チンゲン菜 なめこ コーン 人参 干ししいたけ	875 31.0 337
		きのこうどん						
18	水	ポークハヤシライス	グリル野菜	 牛乳	ごはん 小麦粉 バター なたね油	牛乳 豚肉 ウインナー 生クリーム	玉ねぎ キャベツ 人参 エリンギ コーン 生マッシュルーム にんにく	871 28.9 278
19	木	ごはん	肉じゃが のりの佃煮 ごぼうのみそホットサラダ 	 牛乳	ごはん じゃが芋 砂糖 なたね油 白ごま ごま油	牛乳 豚肉 さつま揚げ 白みそ 刻みのり	ごぼう 玉ねぎ 糸こんにゃく 人参 コーン えのきたけ 生しいたけ	793 31.5 301
20	金	新人体育大会のため給食はお休みです						
24	火	ビビンバ	わかめスープ	 牛乳	ごはん 砂糖 白ごま ごま油 でん粉	牛乳 豚肉 赤みそ わかめ	小大豆もやし 小松菜 人参 万能ねぎ 長ねぎ 干ししいたけ にんにく	845 38.7 290
25	水	子どもパン	焼きそば みかん入りフルーツポンチ	 牛乳	蒸し中華めん 子どもパン なたね油 砂糖	牛乳 豚肉 あおさ	白桃 黄桃 りんご ラフランス もやし キャベツ みかん 玉ねぎ 人参	888 25.4 316
26	木	鶏梅そばごはん	こんにゃくの韓国風炒め みそ汁	 牛乳	ごはん じゃが芋 砂糖 なたね油 ごま油	牛乳 鶏肉 赤みそ 白みそ わかめ	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 エリンギ 赤ピーマン ピーマン 梅干し 根生姜	762 29.4 302
27	金	塩味ピラフ	★鶏肉のトマトソース ジュリエヌスープ	 牛乳	ごはん なたね油 でん粉 バター 米粉	牛乳 鶏肉 ベーコン	玉ねぎ キャベツ 生マッシュルーム 人参 トマト ピーマン にんにく	896 30.7 286
30	月	こぎつねごはん	いかのさらさ焼き 沢煮椀 	 牛乳	ごはん 砂糖 なたね油	牛乳 いか 鶏肉 油揚げ 白みそ 豚肉 赤みそ	人参 ごぼう 小松菜 長ねぎ えのきたけ 干ししいたけ	804 36.9 370
給食回数《4回・18回》		今月の入間市産食材(予定) 長ねぎ・じゃが芋 				平均栄養量		830 33.5 360

※都合により献立を変更することがあります。★マークは新メニューです。