



# 8・9月 こんだてひょう(よてい)

(小学校)

献立表、給食よりは、町のホームページに掲載しています。  
トップ画面の各課の案内 ⇒ 教育課学校教育係  
⇒ 給食センターの順にクリック!

2022年

給食回数 22回

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日	曜	こんだてめい			しょくひんめい			エネルギー (kcal) たんぱく質(g)	家で食べて ほしい食品			
		しゅしょく	のみ もの	おかず	あか	みどり	きいろ					
30	火	むぎごはん		なつやさいカレー グリーンサラダ アセロラゼリー	ぶたにく ぎゅうにゅう	かぼちゃ トマト にんじん パセリ	なす ズッキーニ えだまめ たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	ごはん むぎ ゼリー さとう じゃがいも	あぶら 632 17.7	 ぎょかいりい		
31	水	ごはん		しろみさかなフライ ソース コーンのいそに いなかじる	ホキ とりにく あぶらあげ なまあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ほししいたけ しめじ こんにやく コーン だいこん たまねぎ	ごはん さとう パンこ こむぎこ じゃがいも	あぶら 622 24.8	 くだもの		
1	木	コッペパン いちごジャム		スパニッシュオムレツ コーンサラダ ミネストローネ	たまご ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんにく	あぶら パン さとう じゃがいも ジャム マカロニ ドレッシング ノンエッグマヨ ネーズ	630 23.4	 きのこるい	
2	金	むぎごはん		なつやさいマーボー豆腐 バンパンジサラダ オレンジ	とうふ だいず ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ いんげん にはら	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ なす ほししいたけ きゅうり キャベツ オレンジ	ごはん むぎ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら ドレッシング	608 24.8	 こざかな
5	月	パーカーハウス		ハンバーグデミソースかけ ごぼうサラダ イタリアンスープ アーモンドフィッシュ	とりにく たまご ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう こなチーズ こざかな	にんじん パセリ	ごぼう だいこん きゅうり たまねぎ	パン パンこ さとう じゃがいも	ごま ドレッシング アーモンド	679 28.6	 くだもの
6	火	ごはん おかかふりかけ		さばのみそに キャベツときゅうりのあさづけ トマトにくじゃが	さば ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゅう おかか	にんじん いんげん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ しらたき	ごはん さとう じゃがいも	あぶら 636 27.8	 やさい	
7	水	わかめごはん		しのだに うめおかかあえ なすのみそしる	たまご とうふ あぶらあげ スケトウダラ	ぎゅうにゅう わかめ おかか ひじき	にんじん ほうれんそう	きゅうり もやし うめ なす たまねぎ キャベツ	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ はるさめ	あぶら ごま	585 24.8	 いちるい
8	木	なめこうどん (バックうどん)		ぶたにくのあまからあげ こまつなのいそかあえ なし	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	しょうが たまねぎ もやし なめこ なし	うどん かたくりこ さとう	あぶら	627 29.3	 まめるい
9	金	十五夜 行事食 くろまいごはん		さといもキーマカレー かいそうサラダ おつきみゼリー	ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう わかめ かいそう	にんじん トマト	キャベツ きゅうり しめじ たまねぎ にんにく しょうが	ごはん くるまい さといも ゼリー	あぶら ドレッシング	641 20.3	 かいそうるい
12	月	せわり コッペパン		スラッピージョー いかくんサラダ とうがんのカレースープ	ぶたにく だいず ベーコン いかくんせい	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうがん キャベツ きゅうり セロリー	パン さとう パンこ じゃがいも	あぶら バター	664 30.0	 いろのこいやさい
13	火	ごはん		ちゅうかどんのぐ フルーツあんになあえ	ぶたにく いか うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ ほししいたけ もやし もやし パイン みかん	ごはん さとう かたくりこ あんになあえ	あぶら	611 23.5	 こざかな
14	水	ゆかりごはん		まだいのみぞれあんかけ キャベツときゅうりのかんきつあえ ぼっかけじる	たい とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ゆかり だいこん キャベツ きゅうり ほししいたけ ごぼう ねぎ こんにやく	ごはん さとう かたくりこ さといも	あぶら ドレッシング	585 31.7	 にゅうせいひん
15	木	にくみそうどん		かぼちゃとさつまいものかきあげ こまつなのごまあえ きなこおはぎ	ぶたにく あぶらあげ きなこ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にはら かぼちゃ	たまねぎ ねぎ もやし キャベツ	うどん さとう もちごめ あんこ こむぎこ さつまいも	あぶら ごま	581 23.1	 きのこるい
16	金	ごはん		あじのいそペフライ ひじきのいりに なめこじる	あじ とうふ あぶらあげ さつまあげ だいず	ぎゅうにゅう あおさ ひじき	にんじん	こんにやく なめこ ねぎ だいこん	ごはん さとう パンこ こむぎこ	あぶら	602 23.4	 くだもの
19	月	けいろうの日										
20	火	ごはん		にくだんごあまざソース 1こ キムチあえ とんじる ひじきのり	とりにく とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	きゅうり だいこん ごぼう ねぎ しいたけ こんにやく	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	583 24.8	 ぎょかいりい
21	水	ごまごはん		さばのしおやき じょうしゅうきんぴら すいとんじる	さば とりにく さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん	ほししいたけ とうがん こんにやく ねぎ だいこん	ごはん こむぎこ さとう	あぶら ごま	703 29.9	 いろのこいやさい
22	木	みそラーメン (バックちゅうかめん)		とりのてりやき ほうれんそうともやしのナムル レモンカスターダルト	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にはら	にんにく しょうが もやし ねぎ コーン	ちゅうかめん タルト さとう	あぶら ごま ごまあぶら	723 29.1	 まめるい
23	金	しゅうぶんの日										
26	月	しょくパン		チキンたつたあげマーレードソース コールスローサラダ パンキンシュュー	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	にんじん かぼちゃ	にんにく しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ コーン	パン さとう かたくりこ ジャム	あぶら	715 30.3	 しゅじつるい ごまやナッツなど
27	火	ごはん		こがねに アーモンドあえ こしねじる	ぶたにく あつあげ とりにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ こんにやく たけのこ もやし しいたけ ねぎ ごぼう	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら アーモンド	622 26.6	 くだもの
28	水	むぎごはん		スタミナやきにくどんのぐ ほねぶとサラダ グレープフルーツ	ぶたにく	ぎゅうにゅう しらす チーズ	こまつな にんじん	にんにく しょうが もやし たまねぎ エリンギ きゅうり キャベツ グレープフルーツ	ごはん むぎ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	590 24.7	 やさい
29	木	せわり コッペパン		ウインナーケチャップソース グリーンサラダ ソースやきそば	ウインナー ぶたにく いか	ぎゅうにゅう	パセリ にんじん ピーマン	キャベツ きゅうり たまねぎ もやし ほししいたけ	パン さとう ちゅうかめん	あぶら ドレッシング	664 27.4	 こざかな
30	金	ごはん		きのこのブラウンシチュー えだまめとコーンのサラダ ●ヨーグルト	ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん グリーンピース トマト	にんにく しょうが たまねぎ エリンギ マッシュルーム しめじ キャベツ えだまめ コーン きゅうり	ごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	629 25.4	 いろのこいやさい

\* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。

●印は業者配送



・・・ハッピーにんじんの日



太字の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。  
今月は、きゅうり・しいたけ・にはら・こまつな・じゃがいも・  
とうがん・かぼちゃ・ねぎ・なす・ごぼう・なめこ・米 です。



小学校月平均

エネルギー	632kcal
たんぱく質	25.9g
脂質	20.6g
塩分	2.4g