



きょう 行 事	ひ 日	よう 曜 日	牛乳	こんだて		ち ほね にく を つ く る も の	ねつ ちから 熱 や 力 に な る も の	からだ ちやうし 体 の 調 子 を 整 え る も の	えい じやう りやう 栄 養 量 エ ネ ル ギ ー たん ぱ く 質 脂 質 食 塩 相 当 量
				し ゆ し よ く し ゆ う さ い く さ い 主 食 ・ 主 菜 ・ 副 菜 汁 物 ・ デ ザ ー ト	し ゆ し よ く し ゆ う さ い く さ い 主 食 ・ 主 菜 ・ 副 菜 汁 物 ・ デ ザ ー ト				
給食開始	10	水	○	ごはん	こめむぎ				565 kcal
				ぎょうざどんぐ	ぶた だいず	なたねあぶら ごまあぶら でんぶん	にんにく しょうが キャベツ にんじん たまねぎ にら		27.7 g
				なまあげとやさいのうまに	ぶた なまあげ さばぶし	さとう でんぶん	たまねぎ にんじん もやし こまつな しいたけ いんげん		19.9 g
				みしょうかん		みしょうかん			1.8 g
11	木	○	ごはん	こめむぎ					643 kcal
			はるキャベツのメンチかつ	ぶた	こむぎこ パンこ なたねあぶら	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ		25.5 g	
			にくじゃが	ぶた さばぶし	なたねあぶら しらたき じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ ながねぎ いんげん		20.0 g	
			ひゅうがなつゼリー		ひゅうがなつゼリー			1.8 g	
12	金	○	ごはん	こめむぎ					540 kcal
			とりにくハニーマスタードやき	とり	はちみつ			27.5 g	
			こまつなのおひたし	かつおぶし		こまつな にんじん もやし		18.1 g	
			とんじる	ぶた とうふ みそ かつおぶし	なたねあぶら じゃがいも こんにゃく	にんじん ながねぎ だいこん ごぼう		1.8 g	
15	月	○	ごはん	こめむぎ					628 kcal
			ポークカレー	ぶた	なたねあぶら じゃがいも さとう	たまねぎ コリアンダー にんにく しょうが にんじん		20.8 g	
			ごぼうサラダ		なたねあぶら さとう	ごぼう キャベツ にんじん こまつな		18.1 g	
			フルーツポンチ		さとう	みかん ももかん パインかん		2.1 g	
16	火	○	ごはん	こめむぎ					588 kcal
			まんだいのたつたあげ	まんたい	でんぶん なたねあぶら	しょうが		27.8 g	
			なまあげのそぼろに	とり なまあげ さばぶし	こんにゃく さとう でんぶん	にんじん たけのこ しめじ だいこん いんげん		28.0 g	
			デコボン			デコボン		1.3 g	
17	水	○	スパゲッティ		カットスパゲッティ オリーブオイル なたねあぶら				591 kcal
			ミートソース	ぶた チーズ	さとう	にんじん たまねぎ しょうが にんにく セロリー トマト マッシュルーム		24.7 g	
			れんこんサラダ		なたねあぶら さとう	れんこん キャベツ にんじん こまつな		25.0 g	
			コンソメスープ	ベーコン		にんにく セロリー たまねぎ にんじん キャベツ		2.5 g	
18	木	○	ごはん	こめむぎ					578 kcal
			チリコンカン	しろいんげんまめ レッドキドニー ぶた とり だいず チーズ	さとう	たまねぎ にんにく しょうが にんじん トマト		24.8 g	
			チキンサラダ	とり	なたねあぶら さとう ごま	きゅうり キャベツ にんじん コーン たまねぎ		15.6 g	
			ぶどうゼリー	アガー	さとう	ぶどうジュース		1.6 g	
19	金	○	せきはん	ささげ	こめもちごめ ごま				547 kcal
			ぶりのてりやき	ぶり	さとう	にんにく		24.1 g	
			ほうれんそうのごまあえ	かつおぶし	さとう ごま	ほうれんそう にんじん		16.8 g	
			わかたけじる	わかめ かつおぶし こんぶ		たけのこ		1.8 g	
22	月	○	ごはん	こめむぎ					622 kcal
			ハヤシライス	ぶた いんげんまめ	なたねあぶら さとう	エリンギ しめじ たまねぎ トマト パセリ		21.6 g	
			じゃがいものハニーサラダ		じゃがいも なたねあぶら はちみつ	きゅうり キャベツ にんじん		21.6 g	
			アセロラゼリー					1.8 g	
23	火	○	ゴマごはん		こめむぎ ごま				588 kcal
			あじフライ	あじ	こむぎこ パンこ なたねあぶら			25.6 g	
			きゃべつのおこんぶあえ	しおこんぶ	ごまあぶら	キャベツ		19.2 g	
			かぶのみそじる	わかめ あぶらあげ みそ さばぶし		かぶ		1.7 g	
24	水	○	ごまあげパン		コッペパン なたねあぶら ごま さとう				598 kcal
			ジャーマンポテト	ベーコン	オリーブオイル じゃがいも	たまねぎ パセリ にんにく		22.8 g	
			もちむぎのミネストローネ	だいず ぶた	オリーブオイル じゃがいも むぎ	にんにく セロリー キャベツ たまねぎ トマトペースト		27.4 g	
			こなつ			こなつ		1.6 g	

きょう 行 事	ひ 日	よう 曜 日	牛乳	こんだて		ち ほね にく を つ く る も の	ねつ ちから 熱 や 力 に な る も の	からだ ちやうし 体 の 調 子 を 整 え る も の	えい じやう りやう 栄 養 量 エ ネ ル ギ ー たん ぱ く 質 脂 質 食 塩 相 当 量
				し ゆ し よ く し ゆ う さ い く さ い 主 食 ・ 主 菜 ・ 副 菜 汁 物 ・ デ ザ ー ト	し ゆ し よ く し ゆ う さ い く さ い 主 食 ・ 主 菜 ・ 副 菜 汁 物 ・ デ ザ ー ト				
25	木	○	ごはん	こめむぎ					643 kcal
			ガバオライス	とり	なたねあぶら さとう ごまあぶら	にんにく ビーマン あかビーマン たまねぎ しめじ パセリ		26.6 g	
			わふうフォー	とり かつおぶし こんぶ	ライスヌードル	こまつな もやし にんじん ながねぎ たまねぎ レモン		19.1 g	
			ほうれんそうとバナナのケーキ	たまご ぎゅうにゅう	こむぎこ パター さとう ぶんとう	バナナ ほうれんそう		1.2 g	
26	金	○	ひじきごはん	さばぶし とり だいず ひじき あぶらあげ	こめむぎ なたねあぶら さとう	にんじん いんげん			538 kcal
			さばのカレーやき	さば		しょうが たまねぎ にんにく		29.9 g	
			こまつなごまじょうゆあえ		ごま さとう	こまつな もやし にんじん		21.4 g	
			こじる	とうふ だいず さばぶし ぶた みそ		にんじん ながねぎ こまつな		2.2 g	
30	火	○	たけのこごはん	かつおぶし あぶらあげ	こめ	たけのこ			565 kcal
			さばのたつたあげ	さば	でんぶん なたねあぶら	しょうが		28.9 g	
			こまつなのりおほかあえ	かつおぶし のり	さとう	こまつな もやし にんじん		24.4 g	
			さわにわん	ぶた こんぶ かつおぶし		にんじん ごぼう しいたけ ながねぎ		1.8 g	


*食材等の都合により、献立の変更をする場合があります。
 *転出の場合は分かり次第学校へ連絡の上、1週間前までに給食停止届を学校へ提出してください。
 *給食当番の児童は、配膳の時にマスクをしますので、ご用意ください。
 *給食当番の児童は白衣を週末に持ち帰り、洗濯して持ってきてください。ほころび等がある場合には繕っていたけると幸いです。

月の平均値
588 kcal
25.6 g
21.0 g
1.8 g

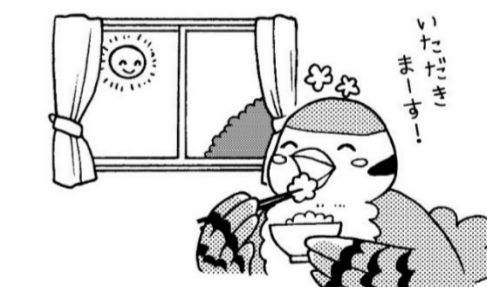
学校給食で使用するお米の産地について、令和4年度11月より地産地消を進めるため、千葉県産のお米を使用しておりますが、現在も福島県の3つのまちと交流をはかっており、お互いのまちのつながりを深めるため、東日本大震災にちなんだ3月と、市川の梨が最盛期になり食材で交流できる9月につきましては、会津産のお米を学校給食で使用します。ご理解・ご協力くださいますよう、よろしくお願ひします。

富貴島小学校の給食は校内の給食室で作っています。調理や食器の洗浄などの業務は、馬淵商事の皆さんが担当して下さいます。

よろしくお願いいたします。



朝ごはんを食べて登校しましょう



わたしたちは、食事によってエネルギーや栄養素を得ています。特に、朝ごはんは午前中の大切なエネルギー源で、午前中から元気に活動するために、とても重要です。

給食当番の健康&衛生チェック

感染症予防のため、健康や衛生チェックをして、体調が悪い時は先生に伝えて当番をかわってもらいます。

<input type="checkbox"/> 下痢はしていない	<input type="checkbox"/> 発熱、腹痛、おう吐はしていない	<input type="checkbox"/> 衛生的な服装をしている	<input type="checkbox"/> 手をきれいに洗った
-----------------------------------	--	--------------------------------------	------------------------------------



『今日の給食』HPに直接アクセスできます。

