



| 日 | 曜日 | 献立名 | つかわれているたべもの | | | エネルギー (キロカロリー) | たんぱく質 (グラム) | | | |
|----|----|--|--|---|---------------------------|--|----------------------------------|--------------------------------------|-----|----|
| | | | おもにからだを つくる赤なたべもの | おもにからだのしょうじを ととのえる緑なたべもの | おもにエネルギーの もとになる黄色なたべもの | | | | | |
| 2 | 月 | ごはん とうふチヂ はるさめサラダ | ふたにく とうふ みそ | ぎゅうじゅう | にんじん にら | はくさい きんぴら こんにゃく たまねぎ キャベツ きゅうり | ごはん さとう はるさめ | すりごま ごまあぶら | 573 | 22 |
| 3 | 火 | ごはん もふりごはん ちゃんこなべ れいとうみかん | とりミンチ あつあげ ちくわ たまご とうふ みそ | しおこんぶ しらずほし きゅうじゅう | にんじん にら | ごぼう れいとうみかん ほししいだけ こんにゃく おろししょうが だいこん たまねぎ | ごはん さとう でんぶん | | 614 | 23 |
| 4 | 水 | ごはん たらこスパゲティ りっちゃんサラダ | たらこ ハム | しおこんぶ ぎゅうじゅう | にんじん ミニトマト | たまねぎ かいわれだいこん きゅうり キャベツ | ごくとうパン さとう | あぶら | 575 | 23 |
| 5 | 木 | ごはん ガパオライス タイふうスープ | ふたミンチ とりミンチ だいご とり | ぎゅうじゅう | ピーマン あかピーマン | たまねぎ おろしにんにく しろねぎ たまねぎ もやし | ごはん さとう はるさめ | あぶら | 618 | 24 |
| 6 | 金 | ごはん ししゃものてんぷら きりほしだいこんのもの とうふのすましじる | ししゃも あぶらあげ とうふ | ぎゅうじゅう | にんじん ねぎ | きりほしだいこん ほししいだけ たまねぎ えのきだけ | ごはん てんぷら さとう | あぶら しろごま | 632 | 23 |
| 9 | 月 | スポーツの日 🍎🍌🍇🍉🍊🍋 | | | | | | | | |
| 10 | 火 | ごはん ひろしまおこのみどん かいそうサラダ | ふたにく たまご ツツ | わかめ こんぶ あおのり きゅうじゅう | にんじん ねぎ | もやし キャベツ たまねぎ きゅうり | ごはん でんぶん さとう | あぶら てんかす | 580 | 21 |
| 11 | 水 | ごはん リッチパン いもいもグラタン ポトフ | とり ウィンナー | チーズ ぎゅうじゅう | にんじん ブロッコリー パセリ | たまねぎ キャベツ | リッチパン さつまいち さとういも じゃがいも | あぶら | 611 | 22 |
| 12 | 木 | ごはん あつあげのちゅうかにこみ ふたじゅうサラダ | ふたミンチ あつあげ ふたにく みそ | ぎゅうじゅう | にんじん チンゲンサイ | おろししょうが たまねぎ キャベツ ホールコーン レモンがじゅう | ごはん さとう でんぶん | あぶら しろごま すりごま ねりごま ごまあぶら | 626 | 25 |
| 13 | 金 | ごはん しろみざかなのピリツとがらめ もずくスープ | メルルーサ | もずく ぎゅうじゅう | にんじん ねぎ | おろしにんにく おろししょうが たまねぎ えのきだけ | ごはん さとう じゃがいも でんぶん | あぶら | 565 | 21 |
| 16 | 月 | わかめ ごはん とりにくとがももどきのふくめに かきたまじる | とりにく たまご がんもどき | わかめ ぎゅうじゅう | にんじん ねぎ | こんにゃく ごぼう ほししいだけ たまねぎ さいいんげん えのきだけ | ごはん でんぶん さとう じゃがいも | | 620 | 26 |
| 17 | 火 | ごはん チーズタッカルビ わかめスープ | とりにく | わかめ チーズ ぎゅうじゅう | にんじん | たまねぎ キャベツ おろしにんにく おろししょうが | ごはん さとう さつまいちも | ごまあぶら しろごま | 572 | 24 |
| 18 | 水 | ごはん とりにくのハーブやき ブロッコリー あつこもえろ！Cスープ | とりにく ベーコン | しらずほし ぎゅうじゅう | にんじん トマト ブロッコリー | たまねぎ キャベツ | ハインパン マカロニ じゃがいも | あぶら | 598 | 26 |
| 19 | 木 | ごはん さばのみそ キャベツのゆかりあえ けんちんじる | さば あかみそ とりにく とうふ | ぎゅうじゅう | にんじん ねぎ | おろししょうが ゆかり キャベツ だいこん こんにゃく たまねぎ | ごはん さとう | | 620 | 28 |
| 20 | 金 | ごはん チキンごぼう トックススープ | とりにく たまご | ぎゅうじゅう | にんじん | ごぼう えだまめ たまねぎ しろねぎ | ごはん でんぶん さとう トック | あぶら ごまあぶら | 700 | 23 |
| 23 | 月 | 150周年の記念式典のふりかえ休日 🍎🍌🍇🍉🍊🍋 | | | | | | | | |
| 24 | 火 | ごはん ハヤシライス マカロニサラダ | いのししにく | ぎゅうじゅう | にんじん トマト | おろししょうが おろしにんにく すりおろしりんご キャベツ ホールコーン | ごはん マカロニ | マヨネーズ あぶら | 669 | 19 |
| 25 | 水 | ごはん バーガーパン のり ヨーグルト がんとす ポイルキャベツ ABCコンソメスープ なつかしのロックケーキ | がんとす バーコン たまご | アシドミルク | にんじん | キャベツ たまねぎ | バーガーパン ごぼう さとう マカロニ | バター | 750 | 22 |
| 26 | 木 | ごはん おでん こまもやし | しみずかまほご店さんの ごぼう天とあげはんを つかいます🍱 | ぎゅうじゅう あつあげ あげはん ごぼうてん うすらたまご | にんじん | だいこん もやし | ごはん さとう じゃがいも | ごまあぶら しろごま | 582 | 22 |
| 27 | 金 | ごはん ホキのおうごんやき そくせきつけ ふたじる | ホキ ふたにく みそ | しおこんぶ ぎゅうじゅう | にんじん ねぎ | たまねぎ だいこん こんにゃく キャベツ | ごはん さつまいちも | マヨネーズ ごまあぶら しろごま | 630 | 25 |
| 30 | 月 | ごはん にくじゃが こんにゃくのすのもの | ふたにく | わかめ ぎゅうじゅう | にんじん | たまねぎ こんにゃく もやし さいいんげん | ごはん さとう じゃがいも | あぶら しろごま | 588 | 18 |
| 31 | 火 | ごはん かぼちゃロック きゅうり きのこスープ | ふたミンチ ベーコン たまご | ぎゅうじゅう | にんじん かぼちゃ ねぎ | たまねぎ きゅうり しいだけ ぶなしめじ えのきだけ | ごはん こむぎこ パンこ | あぶら ごまあぶら | 610 | 20 |

5年生
野外活動

今月の給食費
260(円)×20(回)=5,200(円)
※5年生 260(円)×18(回)=4,680(円)

昭和30年代の給食風景

川尻小学校150周年おめでとう!
— 今月は川尻小学校150周年式典がおこなわれます。この写真は130周年のときのPTA新聞の切り抜きです。川尻小学校にパン工場があったなんてびっくりです！パン工場があったころ、「すきな給食ランキング」には「ロックケーキ」というものが入っていたそうです。聞いたことがある人はいますか...? ロックケーキのレシピをゲットしたので、今回再現してみようと思います！今月のおたんじょう日給食の日のデザートでだす予定なので楽しみにしてくださいね🍩

※物資の納入状況により、献立や食材を変更することがあります。ご了承ください

知ってますか？
パン工場の事

パン職人 杉野さん
京浜東北線の橋本駅を歩いて
いる時、当時の稲垣校長先生と
お会いし、小学校の給食室でパンの製
造をされることになりました。
ミニサーターでこね、千人以上の
パンを毎日作って子供たちに火を起
こし給食させようと決意して、いま
まで「おたんじょう日」で提供して
います。

ロックケーキは、一入のキャッ
チンで製をふんだんにつくられ、
キャベツやほうろくを混ぜ、
たべた後、おなかをすかすので
が、児童たちに好評でした。

また伝統を継承しながら
地域の教育の中心として
すすんで活躍していくこと
心から願っています。