

# 6月 こんだてひょう



ひ ようび	こんだてめい	おもにエネルギーの もとになるしょくひん (き)	おもにからだをつくる もとになるしょくひん (あか)	おもにからだのちょうしを ととのえるしょくひん (みどり)	エネルギー kcal
		しょうゆ・ケチャップ・ちようみりよう・こうしんりようなどは、きさいしてありません。			たんぱくしつ g しぼう g えんぶん g
1 木	ぎゅうにゅう とうふハンバーガー やさいスープ	サンドパン あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とうふハンバーグ みそ ウィンナー	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ りんご	547 24.6 23.9 2.7
2 金	ぎゅうにゅう みそラーメン やしぎょうざ	ホットラーメン あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ぎょうざ	にんにく しょうが にんじん キャベツ もやし ながねぎ	645 32.3 21.5 2.3
5 月	ぎゅうにゅう げんまいいりチャーハン キャベツとじゃこのおかかいため ヨーグルト	アルファかまい げんまい ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると ちりめんじゃこ ヨーグルト	にんじん たまねぎ はねぎ キャベツ	603 24.5 18.2 2.2
6 火	ぎゅうにゅう ごはん ふりかけ いかのからあげ きりぼしだいこんのごまいため	むぎごはん あぶら かたくりこ こむぎこ ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ロールいか ハム わかめ	しょうが にんじん きりぼしだいこん もやし こまつな	575 24.5 17.3 2.1
7 水	ぎゅうにゅう とりごぼうごはん ぐたくさんみそしる	むぎごはん あぶら ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ	ごぼう にんじん しいたけ キャベツ えのき かんぴょう はねぎ	555 26.6 13.8 1.8
8 木	ぎゅうにゅう ソフトフランスパン クリスピーチキン おまめのサラダ	ソフトフランスパン あぶら こむぎこ コーンフレーク パンこ	ぎゅうにゅう とりにく だいす きんときまめま しろいんげんまめ	えだまめ にんにく キャベツ もやし	579 28.7 23.5 2
9 金	ぎゅうにゅう ちゃんこうどん タコてんたこやしきふう	ゆでめん	ぎゅうにゅう とりにく タコてん かつおぶし あおのり	にんじん しめじ キャベツ ながねぎ	620 33.2 18.7 2.6
12 月	ぎゅうにゅう ごはん ぶたにくのしょうがいため つみれじる	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく さかなハンバーグ とうふ	しょうが たまねぎ にんじん だいこん ながねぎ こまつな	586 28 17.3 1.9
13 火	ぎゅうにゅう カレーライス やさいソテー	むぎごはん あぶら じゃがいも こむぎこ マーガリン	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう ウィンナー	にんにく にんじん たまねぎ もやし キャベツ コーン	669 24.7 22.8 1.8
14 水	ぎゅうにゅう ちゅうかどん とうふのスープ ゼリー	むぎごはん ごまあぶら かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると ベーコン とうふ	にんにく しょうが にんじん キャベツ もやし えのきたけ はねぎ たまねぎ	651 23.4 20.8 2.4
15 木	ぎゅうにゅう こめこロールパン とりにくのワインむし パンネのわふうソテー	こめこロールパン あぶら パンネマカロニ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ しいたけ グリーンアスパラ	608 29.1 27 2.3

## こんげつの おだわらさん・かながわさん

ぎゅうにゅう ぶたにく ねりせいひん  
こまつな はねぎ キャベツ だいこん  
たまねぎ なす きくらげ きりぼしだい  
こん

小田原市の学校給食では、H24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。検査結果については、市のホームページでお知らせしています。  
使用している食材の産地は毎日、児童玄関前のホワイトボードでお知らせしています。