



こんだて表



2025 西葛西中学校

給食大好き♡ はに ♪ **はにわくんだよ**

毎日の給食が楽しみガビ **ガビーンだよ**

こんにちは！ けろー
緑の野菜もきちんと食べる けろー
けろーだんだよ

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I礼拝
9 水	ポークカレーライス		豚こま	精白米、粒麦、サラダ油(米)、じゃがいも、★バター、小麦粉	にんにく、しょうが、にんじん、玉葱	841 kcal
	わかめとツナのサラダ		まぐろ缶詰(油漬ルーライド)、粉寒天	白ごま(いり)、サラダ油(米)、さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん、玉葱	
	フルーツポンチ			さとう	★バナナ、みかん缶、★パイ缶、レモン(果汁)	
10 木	豚肉と小松菜のあんかけ焼きそば		豚こま	蒸し中華めん、サラダ油(米)、さとう、でん粉、ごま油	しょうが、にんにく、干し椎茸(足切)、たけのこ(ゆで)※、にんじん、もやし、ねぎ※、こまつな	701 kcal
	大学芋		さつまいも、油(揚げ油)、中さら糖、水あめ、黒ごま(いり)			
	中華風コーンスープ		鶏こま、★たまご	でん粉	にんじん、たけのこ、ほんしめじ、ホールﾄﾞｰ、こまつな	
11 金	祝い寿司		蒸しあなご、★たまご、きざみのり	精白米、さとう、サラダ油(米)、白ごま(いり)	れんこん、かんぴょう(乾)カット、干し椎茸、にんじん、さやえんどう	761 kcal
	鯖の香味焼き		さわら、赤みそ	さとう、白ごま(いり)	しょうが(汁)※、ねぎ※	
	紅白はんぺんのすまし汁		あらははんぺん(卵無)、なると(卵無)、木綿豆腐		にんじん、ねぎ、こまつな	
	紅白寒天		粉寒天、★牛乳・調理用豆乳、★生クリーム(乳)	さとう	いちごジャム	
14 月	ホットドッグ		ウィンナー(乳・卵・小麦・大豆無)	コッパン・60g、サラダ油(米)、さとう、小麦粉	しょうが、にんにく、玉葱	731 kcal
	ジャーマンポテト		ベーコン(乳・卵・小麦・大豆無)短冊	じゃがいも、★バター	玉葱、パセリ、にんにく	
	かみかみサラダ		★さきいか	サラダ油(米)、さとう、ごま油、白ごま(いり)	ごぼう、だいこん、にんじん、きゅうり、玉葱	
	ミネストローネ*		ベーコン(乳・卵・小麦・大豆無)短冊、鶏こま	サラダ油(米)、じゃがいも、シエルマカロニ	にんにく、玉葱、にんじん、セロリー、トマト缶	
15 火	たけのこご飯		油揚げ	精白米、もち米、サラダ油(米)	干し椎茸、生たけのこ、とうがらし、さやえんどう	792 kcal
	鯖の竜田揚げ		サバ	でん粉、油(揚げ油)	しょうが	
	小松菜のごま和え		粉寒天	白ごま(いり)、白すりごま、さとう	こまつな、もやし、にんじん	
	新じゃがのみそ汁		油揚げ、白みそ、赤みそ	じゃがいも	にんじん、玉葱	
	果物(いちご2個)				いちご	
16 水	チキンライス		鶏こま	精白米、粒麦、サラダ油(米)	にんじん、玉葱、さやいんげん	819 kcal
	小松菜のキッシュ		ベーコン(乳・卵・小麦・大豆無)、★たまご、★牛乳、★脱脂粉乳、★生クリーム(乳)、★ピザ	★バター、サラダ油(米)	玉葱、こまつな	
	ツナとひよこ豆のサラダ		まぐろ缶詰(油漬ルーライド)、ひよこまめ(乾)、粉寒天	白ごま(いり)、サラダ油(米)、さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん、玉葱	
	鶏団子スープ		鶏ひき肉、大豆(国産)	でん粉、緑豆はるさめ	玉葱、しょうが、にんじん、こまつな	
17 木	小松菜そばろご飯		★たまご、鶏ひき肉	精白米、粒麦、サラダ油(米)	しょうが、こまつな	836 kcal
	鮭のさざれ焼き		サケ、★粉チーズ	マヨネーズ(卵無)、★乾パン粉	パセリ	
	春野菜の炊き合わせ		鶏こま、さつまいも(卵無)	サラダ油(米)、板こんにやく、じゃがいも、さとう	干し椎茸、たけのこ(ゆで)、にんじん、れんこん、ふぎ、さやえんどう	
	生揚げのごまみそ汁		生揚げ、赤みそ、白みそ	白ごま(いり)、白すりごま	にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな	
	果物(清見オレンジ1/6)					

