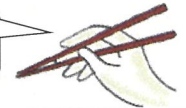




箸・スプーンは給食室で準備したものを全校で使っています。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																																																																																																																																																																															
<p><世界の料理></p> <p>1年社会科とのコラボ献立として、今月はインドネシア・タイ・スペイン等の料理が出ます。今後いろいろな教科とのコラボ献立を出そうと計画しています。お楽しみに。</p> <p>表示の説明</p> <p>上の段の数字 エネルギーkcal → 下の段の数字 たんぱく質 g →</p> <table border="1"> <tr> <td>体をつくる</td> <td colspan="5">体の調子を整える</td> <td>熱や力になる</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>無機質</td> <td colspan="2">ビタミン</td> <td>炭水化物</td> <td colspan="2">脂質</td> </tr> <tr> <td>1群</td> <td>2群</td> <td>3群</td> <td>4群</td> <td>5群</td> <td colspan="2">6群</td> </tr> <tr> <td>肉魚卵豆</td> <td>牛乳小魚海産</td> <td>緑黄色野菜</td> <td>その他の野菜・果物</td> <td>米麦芋砂糖</td> <td colspan="2">油脂</td> </tr> </table>	体をつくる	体の調子を整える					熱や力になる	たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質		1群	2群	3群	4群	5群	6群		肉魚卵豆	牛乳小魚海産	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖	油脂		<p><今月の献立の中から と お知らせ></p> <p>食育推進基本計画において、毎年6月が「食育月間」毎月19日が「食育の日」として定められています。埼玉県では6月と11月の第3週を「地場産物活用強化ウィーク」として実施。地元産または県内産食材や、郷土食等についての理解を通してふるさとへの愛着を深めようという取組です。志木市では6月下旬から7月にかけて志木市産のじゃがいも等を使っています。</p> <p>2日「足早い虫歯予防デー献立」です。虫歯になりにくい強い歯を作る栄養素を含むかみかみ献立です。2日「お話し給食」として「給食のおにいさん」の「くじびきハンバーグ」を出します。お楽しみに!</p> <p>16日「和菓子の日」なので、「手作り水ようかん」を作ります。</p> <p>23日「78年前、沖縄県で地上戦があり、20万人余りの人々が戦争に巻き込まれました。亡くなった人々の冥福を祈り、平和を願う日が慰霊の日となります。この日は沖縄県の料理を慰霊の日献立として取り入れました。</p> <p>※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。家庭科の学習に合わせて6群の記載になっています。</p> <p>※新型コロナウイルス感染症による欠席につきましては、これまで給食費の返金対象としていましたが、5類移行に伴い6月1日より返金の対象外となりましたので、ご了承ください。</p>	<p>1日 はなメリ トライカレ</p> <p>2日 あじさいゼリー</p> <p>3日 グリーンサラダ</p> <p>765kcal 27.0g</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>寒天</td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>粉寒天</td> <td></td> <td>しょうが</td> <td>米粉</td> <td>白砂糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>牛乳</td> <td></td> <td>にんにく</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>なす</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>ぶどうジュース</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	寒天	にんじん	玉ねぎ	米	小麦粉	菜油	大豆	粉寒天		しょうが	米粉	白砂糖			牛乳		にんにく							なす							きゅうり							ぶどうジュース				<p>2日 まめあめみそ汁</p> <p>3日 狭山茶ご飯</p> <p>4日 豚汁</p> <p>778kcal 31.5g</p> <p>虫歯予防デー献立</p> <table border="1"> <tr> <td>鶏もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>ごぼう</td> <td>米</td> <td>三温糖</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td></td> <td>小松菜</td> <td>だいこん</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td>ごま油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td>キャバツ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豚肉</td> <td></td> <td></td> <td>ねぎ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	鶏もも肉	牛乳	にんじん	ごぼう	米	三温糖	菜油	油揚げ		小松菜	だいこん	三温糖	めんぷん	ごま油	大豆			キャバツ				豚肉			ねぎ				生揚げ																																																																													
体をつくる	体の調子を整える					熱や力になる																																																																																																																																																																													
たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質																																																																																																																																																																														
1群	2群	3群	4群	5群	6群																																																																																																																																																																														
肉魚卵豆	牛乳小魚海産	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米麦芋砂糖	油脂																																																																																																																																																																														
豚もも肉	寒天	にんじん	玉ねぎ	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
大豆	粉寒天		しょうが	米粉	白砂糖																																																																																																																																																																														
	牛乳		にんにく																																																																																																																																																																																
			なす																																																																																																																																																																																
			きゅうり																																																																																																																																																																																
			ぶどうジュース																																																																																																																																																																																
鶏もも肉	牛乳	にんじん	ごぼう	米	三温糖	菜油																																																																																																																																																																													
油揚げ		小松菜	だいこん	三温糖	めんぷん	ごま油																																																																																																																																																																													
大豆			キャバツ																																																																																																																																																																																
豚肉			ねぎ																																																																																																																																																																																
生揚げ																																																																																																																																																																																			
<p>5日 のり佃煮</p> <p>6日 かぼとちんねんのとろとろ煮</p> <p>7日 若竹汁</p> <p>675kcal 28.5g</p> <table border="1"> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>牛乳</td> <td>かぶの葉</td> <td>しょうが</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>絹ごし豆腐</td> <td>もみのり</td> <td>にんじん</td> <td>かぶ</td> <td>三温糖</td> <td>上白糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>生わかめ</td> <td>さやえんどう</td> <td>たけのこ</td> <td></td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> </table>	豚ひき肉	牛乳	かぶの葉	しょうが	米	小麦粉	菜油	絹ごし豆腐	もみのり	にんじん	かぶ	三温糖	上白糖			生わかめ	さやえんどう	たけのこ		めんぷん		<p>6日 さばのかりとスイスイススム</p> <p>7日 ナシゴレン</p> <p>8日 ヨトアヤム</p> <p>794kcal 38.0g</p> <p>インドネシア料理</p> <table border="1"> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>牛乳</td> <td>青ピーマン</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td>煮干し</td> <td>赤ピーマン</td> <td>玉ねぎ</td> <td>上白糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>さば</td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>レモン</td> <td>小麦粉</td> <td>黒砂糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td>鶏むね肉</td> <td></td> <td>にら</td> <td>マヨネーズ</td> <td>はちみつ</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚ひき肉	牛乳	青ピーマン	にんにく	米	小麦粉	菜油	たまご	煮干し	赤ピーマン	玉ねぎ	上白糖	めんぷん		さば		にんじん	レモン	小麦粉	黒砂糖		鶏むね肉		にら	マヨネーズ	はちみつ			<p>7日 和風 サラダ</p> <p>8日 くじびき(ハンバーグ)</p> <p>9日 みそ汁</p> <p>804kcal 37.8g</p> <p>お話し給食</p> <table border="1"> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>みそ</td> <td>小松菜</td> <td>キャバツ</td> <td>上白糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ちくわ</td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td>小麦粉</td> <td>黒砂糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td>豆腐</td> <td></td> <td>ごぼう</td> <td>めんぷん</td> <td>じゃがいも</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>大根</td> <td>ねぎ</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚ひき肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	米	小麦粉	菜油	大豆	みそ	小松菜	キャバツ	上白糖	めんぷん		ちくわ			きゅうり	小麦粉	黒砂糖		油揚げ	豆腐		ごぼう	めんぷん	じゃがいも					大根	ねぎ			<p>8日 しゃいもと豆腐の トマトペースト</p> <p>9日 らぶく</p> <p>10日 かみかみ ミネラルサラダ</p> <p>828kcal 29.2g</p> <table border="1"> <tr> <td>やりのか</td> <td>牛乳</td> <td>トマト</td> <td>にんにく</td> <td>スパゲティ</td> <td>三温糖</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td></td> <td>ハルゲン</td> <td>にんじん</td> <td>なす</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>ひじき</td> <td></td> <td>ごぼう</td> <td>上白糖</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>れんこん</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>枝豆</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	やりのか	牛乳	トマト	にんにく	スパゲティ	三温糖	菜油		ハルゲン	にんじん	なす	三温糖	めんぷん			ひじき		ごぼう	上白糖						れんこん							枝豆				<p>9日 塩ハレご飯</p> <p>10日 パウチ ガイラン(タイのせきと)</p> <p>11日 ガイラン(タイのせきと)</p> <p>724kcal 35.3g</p> <p>タイ料理</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>ごえび</td> <td>パセリ</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>はちみつ</td> <td>ピーマン</td> <td></td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td></td> <td>ニラ</td> <td>もやし</td> <td>さとう</td> <td>じゃがいも</td> <td></td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td></td> <td>赤みつ</td> <td>にんにく</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>むきえび</td> <td></td> <td>トマト</td> <td>エリンギ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	ごえび	パセリ	にんにく	米	小麦粉	菜油	豚もも肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	はちみつ	ピーマン		生揚げ		ニラ	もやし	さとう	じゃがいも		たまご		赤みつ	にんにく				むきえび		トマト	エリンギ																								
豚ひき肉	牛乳	かぶの葉	しょうが	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
絹ごし豆腐	もみのり	にんじん	かぶ	三温糖	上白糖																																																																																																																																																																														
	生わかめ	さやえんどう	たけのこ		めんぷん																																																																																																																																																																														
豚ひき肉	牛乳	青ピーマン	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
たまご	煮干し	赤ピーマン	玉ねぎ	上白糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
さば		にんじん	レモン	小麦粉	黒砂糖																																																																																																																																																																														
鶏むね肉		にら	マヨネーズ	はちみつ																																																																																																																																																																															
豚ひき肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
大豆	みそ	小松菜	キャバツ	上白糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
ちくわ			きゅうり	小麦粉	黒砂糖																																																																																																																																																																														
油揚げ	豆腐		ごぼう	めんぷん	じゃがいも																																																																																																																																																																														
			大根	ねぎ																																																																																																																																																																															
やりのか	牛乳	トマト	にんにく	スパゲティ	三温糖	菜油																																																																																																																																																																													
	ハルゲン	にんじん	なす	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
	ひじき		ごぼう	上白糖																																																																																																																																																																															
			れんこん																																																																																																																																																																																
			枝豆																																																																																																																																																																																
豚もも肉	ごえび	パセリ	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
豚もも肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	はちみつ	ピーマン																																																																																																																																																																														
生揚げ		ニラ	もやし	さとう	じゃがいも																																																																																																																																																																														
たまご		赤みつ	にんにく																																																																																																																																																																																
むきえび		トマト	エリンギ																																																																																																																																																																																
<p>12日 わさびみそ汁</p> <p>13日 ひざねみそ汁</p> <p>14日 豆腐のあめ汁</p> <p>748kcal 29.9g</p> <p>学総応援献立・名古屋名物</p> <table border="1"> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>八丁みそ</td> <td></td> <td>小松菜</td> <td>キャバツ</td> <td>小麦粉</td> <td>上白糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td>みそ</td> <td></td> <td></td> <td>えのき</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td></td> <td></td> <td>ねぎ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚ひき肉	牛乳	にんじん	にんにく	米	小麦粉	菜油	八丁みそ		小松菜	キャバツ	小麦粉	上白糖		みそ			えのき				豆腐			ねぎ				<p>13日 二だまみそ汁</p> <p>14日 手作り福神漬</p> <p>15日 元気の出しサラダ</p> <p>725kcal 25.7g</p> <p>埼玉県B級グルメ</p> <table border="1"> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>牛乳</td> <td>トマト</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>生薑</td> <td>三温糖</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>玉ねぎ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>切干大根</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚ひき肉	牛乳	トマト	にんにく	米	小麦粉	菜油			にんじん	生薑	三温糖						玉ねぎ							切干大根				<p>14日 狭山茶お茶使用</p> <p>15日 フラムパウダー</p> <p>804kcal 25.6g</p> <p>埼玉県産お茶使用・お話し給食</p> <table border="1"> <tr> <td>きなこ</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>キャバツ</td> <td>パン</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>糸昆布</td> <td>ミニトマト</td> <td>きゅうり</td> <td>上白糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ベーコン</td> <td></td> <td>パセリ</td> <td>コーン</td> <td>薄力粉</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>あさり</td> <td>豆腐</td> <td></td> <td>玉ねぎ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	きなこ	牛乳	にんじん	キャバツ	パン	小麦粉	菜油	大豆	糸昆布	ミニトマト	きゅうり	上白糖	めんぷん		ベーコン		パセリ	コーン	薄力粉			あさり	豆腐		玉ねぎ				<p>15日 親豆小豆</p> <p>16日 みそ汁</p> <p>17日 鯖の味噌汁</p> <p>846kcal 30.7g</p> <p>埼玉県郷土料理</p> <table border="1"> <tr> <td>みそ</td> <td>牛乳</td> <td>しゃいも</td> <td>きゅうり</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>枝豆</td> <td>にんじん</td> <td>キャバツ</td> <td>ごま油</td> <td>ごま油</td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td></td> <td>小松菜</td> <td>玉ねぎ</td> <td>薄力粉</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>上白糖</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	みそ	牛乳	しゃいも	きゅうり	米	小麦粉	菜油	大豆	枝豆	にんじん	キャバツ	ごま油	ごま油		豆腐		小松菜	玉ねぎ	薄力粉							上白糖			<p>16日 東松山焼鳥村</p> <p>17日 水ようかん</p> <p>18日 栄町のみそ汁</p> <p>750kcal 35.6g</p> <p>和菓子の日・埼玉県郷土料理</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>生薑</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>みそ</td> <td>粉寒天</td> <td>にんじん</td> <td>にんにく</td> <td>三温糖</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td></td> <td>だいこん</td> <td>ねぎ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>あずき</td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>だいこん</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	にんじん	生薑	米	小麦粉	菜油	みそ	粉寒天	にんじん	にんにく	三温糖			油揚げ		だいこん	ねぎ				あずき			りんご							だいこん																															
豚ひき肉	牛乳	にんじん	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
八丁みそ		小松菜	キャバツ	小麦粉	上白糖																																																																																																																																																																														
みそ			えのき																																																																																																																																																																																
豆腐			ねぎ																																																																																																																																																																																
豚ひき肉	牛乳	トマト	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
		にんじん	生薑	三温糖																																																																																																																																																																															
			玉ねぎ																																																																																																																																																																																
			切干大根																																																																																																																																																																																
きなこ	牛乳	にんじん	キャバツ	パン	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
大豆	糸昆布	ミニトマト	きゅうり	上白糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
ベーコン		パセリ	コーン	薄力粉																																																																																																																																																																															
あさり	豆腐		玉ねぎ																																																																																																																																																																																
みそ	牛乳	しゃいも	きゅうり	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
大豆	枝豆	にんじん	キャバツ	ごま油	ごま油																																																																																																																																																																														
豆腐		小松菜	玉ねぎ	薄力粉																																																																																																																																																																															
				上白糖																																																																																																																																																																															
豚もも肉	牛乳	にんじん	生薑	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
みそ	粉寒天	にんじん	にんにく	三温糖																																																																																																																																																																															
油揚げ		だいこん	ねぎ																																																																																																																																																																																
あずき			りんご																																																																																																																																																																																
			だいこん																																																																																																																																																																																
<p>19日 しゃいも</p> <p>20日 ほうろく</p> <p>21日 まいも汁</p> <p>702kcal 33.6g</p> <p>食育の日・埼玉県郷土料理</p> <table border="1"> <tr> <td>ほうろく</td> <td>牛乳</td> <td>しそ</td> <td>きゅうり</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>かつおぶし</td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>梅干し</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>鶏肉</td> <td></td> <td>小松菜</td> <td>大根</td> <td>薄力粉</td> <td>白玉粉</td> <td></td> </tr> <tr> <td>なると</td> <td></td> <td></td> <td>れんこん</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td></td> <td></td> <td>めいじ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	ほうろく	牛乳	しそ	きゅうり	米	小麦粉	菜油	かつおぶし		にんじん	梅干し	三温糖	めんぷん		鶏肉		小松菜	大根	薄力粉	白玉粉		なると			れんこん				豆腐			めいじ				<p>「学校総合体育大会」のため、20、21日は給食がありません。</p> <p>地産地消</p> <p>志木市は「おいしく減塩!『減らソルト』プロジェクト」に取り組んでいます。6月は強化月間です。1食2g以内の日には「減らソルト」のロゴマークをつけています。志木市健康政策課・志木市栄養士連絡会から出されているプリントもご覧ください。</p>		<p>22日 セリーフライ</p> <p>23日 夏野菜の赤だしみそ汁</p> <p>723kcal 26.7g</p> <p>埼玉県郷土料理</p> <table border="1"> <tr> <td>油揚げ</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>ごぼう</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>高野豆腐</td> <td>すき昆布</td> <td>小松菜</td> <td>玉ねぎ</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>おから</td> <td></td> <td></td> <td>なす</td> <td>薄力粉</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>八丁みそ</td> <td></td> <td></td> <td>冬瓜</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう	米	小麦粉	菜油	高野豆腐	すき昆布	小松菜	玉ねぎ	三温糖	めんぷん		おから			なす	薄力粉			八丁みそ			冬瓜				生揚げ							<p>23日 石垣島パイナップル</p> <p>24日 タコライス</p> <p>25日 ゴキウハン</p> <p>846kcal 34.5g</p> <p>沖縄慰霊の日献立</p> <table border="1"> <tr> <td>大豆</td> <td>豆腐</td> <td>牛乳</td> <td>トマト</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td></td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>豚バラ肉</td> <td></td> <td></td> <td>ニラ</td> <td>キャバツ</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>きゅうり</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>かつおぶし</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	大豆	豆腐	牛乳	トマト	にんにく	米	小麦粉	菜油	豚ひき肉			にんじん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん		豚バラ肉			ニラ	キャバツ			たまご				きゅうり			かつおぶし																																																																										
ほうろく	牛乳	しそ	きゅうり	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
かつおぶし		にんじん	梅干し	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
鶏肉		小松菜	大根	薄力粉	白玉粉																																																																																																																																																																														
なると			れんこん																																																																																																																																																																																
豆腐			めいじ																																																																																																																																																																																
油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
高野豆腐	すき昆布	小松菜	玉ねぎ	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
おから			なす	薄力粉																																																																																																																																																																															
八丁みそ			冬瓜																																																																																																																																																																																
生揚げ																																																																																																																																																																																			
大豆	豆腐	牛乳	トマト	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																												
豚ひき肉			にんじん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																													
豚バラ肉			ニラ	キャバツ																																																																																																																																																																															
たまご				きゅうり																																																																																																																																																																															
かつおぶし																																																																																																																																																																																			
<p>26日 トマト汁めん</p> <p>27日 さくらんぼ</p> <p>28日 枝豆のきんぴら</p> <p>762kcal 30.5g</p> <p>かしわ学級 どうもろこしの皮むき</p> <table border="1"> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>牛乳</td> <td>トマト</td> <td>きゅうり</td> <td>うどん</td> <td>ごま油</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>枝豆</td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>もやし</td> <td>薄力粉</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>どうもろこし</td> <td>めんぷん</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>さくらんぼ</td> <td>米粉</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも肉	牛乳	トマト	きゅうり	うどん	ごま油	菜油	枝豆		にんじん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん					もやし	薄力粉						どうもろこし	めんぷん						さくらんぼ	米粉			<p>27日 エコノミヤ</p> <p>28日 石巻煮</p> <p>733kcal 31.2g 塩分 1.8g</p> <p>志木市産のじゃがいも使用</p> <table border="1"> <tr> <td>かつおぶし</td> <td>牛乳</td> <td>にんじん</td> <td>ひわ</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>鶏肉</td> <td>ひじき</td> <td>さやいんげん</td> <td></td> <td>三温糖</td> <td>じゃがいも</td> <td></td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ちくわ</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>さつま揚げ</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	かつおぶし	牛乳	にんじん	ひわ	米	小麦粉	菜油	鶏肉	ひじき	さやいんげん		三温糖	じゃがいも		大豆							油揚げ							ちくわ							さつま揚げ							<p>28日 照り焼きフィッシュ</p> <p>29日 ショマン</p> <p>676kcal 30.0g</p> <p>志木市産のじゃがいも・玉ねぎ使用</p> <table border="1"> <tr> <td>たら</td> <td>牛乳</td> <td>ほうろく</td> <td>ごぼう</td> <td>パン</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>ベーコン</td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>めんぷん</td> <td>三温糖</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ウィンナー</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>じゃがいも</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	たら	牛乳	ほうろく	ごぼう	パン	小麦粉	菜油	ベーコン		にんじん	玉ねぎ	めんぷん	三温糖		ウィンナー				じゃがいも			<p>29日 ヘルシー回鍋肉</p> <p>30日 いかめし</p> <p>751kcal 25.4g</p> <p>スペイン料理</p> <table border="1"> <tr> <td>豚バラ肉</td> <td>牛乳</td> <td>ピーマン</td> <td>ねぎ</td> <td>豚骨</td> <td>菜油</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td>わかめ</td> <td>赤ピーマン</td> <td>にんにく</td> <td>めんぷん</td> <td>ごま油</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>キャバツ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>しいたけ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>もやし</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚バラ肉	牛乳	ピーマン	ねぎ	豚骨	菜油	菜油	生揚げ	わかめ	赤ピーマン	にんにく	めんぷん	ごま油				にんじん	キャバツ							しいたけ							もやし				<p>30日 アップルパイ</p> <p>31日 パエリア</p> <p>826kcal 26.6g</p> <p>スペイン料理</p> <table border="1"> <tr> <td>ベーコン</td> <td>牛乳</td> <td>赤ピーマン</td> <td>にんにく</td> <td>米</td> <td>小麦粉</td> <td>菜油</td> </tr> <tr> <td>えび</td> <td>いかに</td> <td>さやいんげん</td> <td>玉ねぎ</td> <td>三温糖</td> <td>めんぷん</td> <td></td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td></td> <td>にんじん</td> <td>えりんぎ</td> <td>薄力粉</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>セロリ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>レモン</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	ベーコン	牛乳	赤ピーマン	にんにく	米	小麦粉	菜油	えび	いかに	さやいんげん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん		たまご		にんじん	えりんぎ	薄力粉						セロリ							りんご							レモン			
豚もも肉	牛乳	トマト	きゅうり	うどん	ごま油	菜油																																																																																																																																																																													
枝豆		にんじん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
			もやし	薄力粉																																																																																																																																																																															
			どうもろこし	めんぷん																																																																																																																																																																															
			さくらんぼ	米粉																																																																																																																																																																															
かつおぶし	牛乳	にんじん	ひわ	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
鶏肉	ひじき	さやいんげん		三温糖	じゃがいも																																																																																																																																																																														
大豆																																																																																																																																																																																			
油揚げ																																																																																																																																																																																			
ちくわ																																																																																																																																																																																			
さつま揚げ																																																																																																																																																																																			
たら	牛乳	ほうろく	ごぼう	パン	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
ベーコン		にんじん	玉ねぎ	めんぷん	三温糖																																																																																																																																																																														
ウィンナー				じゃがいも																																																																																																																																																																															
豚バラ肉	牛乳	ピーマン	ねぎ	豚骨	菜油	菜油																																																																																																																																																																													
生揚げ	わかめ	赤ピーマン	にんにく	めんぷん	ごま油																																																																																																																																																																														
		にんじん	キャバツ																																																																																																																																																																																
			しいたけ																																																																																																																																																																																
			もやし																																																																																																																																																																																
ベーコン	牛乳	赤ピーマン	にんにく	米	小麦粉	菜油																																																																																																																																																																													
えび	いかに	さやいんげん	玉ねぎ	三温糖	めんぷん																																																																																																																																																																														
たまご		にんじん	えりんぎ	薄力粉																																																																																																																																																																															
			セロリ																																																																																																																																																																																
			りんご																																																																																																																																																																																
			レモン																																																																																																																																																																																