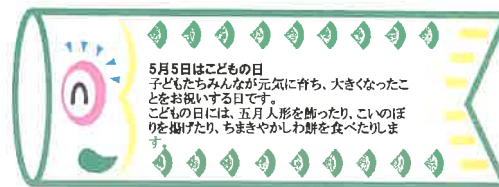




こんだて表



月	火	水	木	金
		1日	2日	3日
		若菜ふりかけごはん 栄養金平 枝豆しゅうまい マカロニサラダ バターポテト	日の丸弁当 若鶏の照焼 ブロッコリー クレーミーコロッケ たまごサラダ ※使い捨て容器	
		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 410 12.2 8.3 1.8	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 394 13.5 13 1.3	
6日	7日	8日	9日	10日
振替休日	鶏そぼろごはん 白身魚のパセリバター焼 ハムカツ キャベツソテー ポテトサラダ 黒糖ドーナッツ	ごはん ハンバーグのケチャップソース ウインナー スパゲティソテー ブロッコリーのコンソメ炒め 杏仁ゼリー	ごはん 豆のキーマカレー フルーツヨーグルト ポテトフライ	梅しそふりかけごはん 筑前煮 かに風味しゅうまい チーズロール フルーツ
	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 513 18 17.8 1.5	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 394 12.6 11.1 1.4	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 410 10.9 13.3 0.8	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 486 10 17.7 1.6
13日	14日	15日	16日	17日
さけふりかけごはん たれメンチカツ お好み焼き ソース焼そば いんげんの卵炒め フルーツ	ごはん 赤魚の煮付 かぼちゃのごま天ぷら ピーマンソテー なすのみそ炒め 肉しゅうまい	ナポリタン 若鶏の唐揚 ゆで卵 キャベツソテー ほうれん草のごま和え プチケーキ	梅ごま塩ふりかけごはん 揚げ団子の甘酢あんかけ 棒々鶏サラダ えびかのご揚げ	ごはん おでん(黒半片・鶏肉・大根・じゃが芋) 竹輪のカレー揚 ゼリー
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 435 10.5 13.6 1.6	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 475 16.8 16.1 1	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 372 16.6 18.1 1.8	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 448 13.7 16.6 1.6	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 457 15.2 10.3 1.1
20日	21日	22日	23日	24日
のりたまごぶりかけごはん チキン南蛮タルタルソース えびフリッター 青菜ソテー ひじきとツナの炒め煮 フルーツ	ごはん ポークハヤシ さつま芋サラダ プチシュー	ごぼうおかか佃煮ごはん 豚の生姜焼 青のりポテト 枝豆 がんもと大根の煮物 コーンボール	ごはん ハンバーグのケチャップソース オムレツ スパゲティソテー ジャーマンポテト マンゴーゼリー	ごはん 白身魚のカレーマヨ焼 かぼちゃコロッケ キャベツソテー ブロッコリーのおかか和え タレ付き肉団子
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 452 16.2 16.5 1.3	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 428 12.1 14.6 1.1	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 472 16.6 15.8 1.3	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 435 12.2 12.4 1.5	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 457 15.8 15.1 1.8
27日	28日	29日	30日	31日
ごはん コーンクリームシチュー フレンチサラダ ゼリー	さけフレックごはん ポークチャップ 厚焼玉子 切り昆布の煮物 たこ焼	ごはん 若鶏の甘辛あん フライドポテト 小松菜のじゃこ炒め 安倍川マカロニ	若菜ふりかけごはん 豚肉のみそ炒め さつま芋のごま天ぷら 春雨サラダ 一口がんも煮	ごはん 若鶏の照焼 黒半片フライ ソース焼そば れんこんの甘酢金平 フルーツ
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 356 10.7 8.1 0.7	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 413 15.7 13.1 1.3	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 464 12.4 16.5 0.9	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 439 12.8 12.7 1.4	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 399 13.8 8.8 1

※食材の入荷状況等により、内容を一部変更する場合がございます。

〒421-0106

静岡市駿河区北丸子1-19-20

静岡給食センター



TEL (054) 259-1344



FAX (054) 259-0152