

令和7年1月

豊能町立東能勢小中学校5・6年生給食献立表(小学生用)

通常食

月 6	火 7	水 8	木 9	金 10
			牛肉ともやしの炒め煮 揚げ餃子・揚げシュウマイ バンサンスー オクラのおかか和え 瀬戸ふりかけ 牛乳 ごはん I補給* -791kcal	チキンカツ ごぼうサラダ 小松菜のソテー パイン缶 牛乳 ごはん I補給* -673kcal
13	14	15	16	17
	サワラの柚庵焼き だし巻き卵 きゅうりと塩昆布の和え物 チーズ ふりかけ 牛乳 ごはん I補給* -663kcal	八宝菜 大学芋 ささみと小松菜の和え物 三度豆と人参のソテー 牛乳 ごはん I補給* -714kcal	鶏の唐揚げ キャベツサラダ ジャーマンポテト みかん缶 フレンチドレッシング小袋(白) 牛乳 ロールパン I補給* -782kcal	豚肉の甘辛煮 マカロニサラダ 切干大根とオクラの中華和え 白菜と油揚げのお浸し お米deスイートポテト 牛乳 ごはん I補給* -815kcal
20	21	22	23	24
アジの薬味ダレがけ 高野豆腐の含め煮 大根とコーンのサラダ 金時豆 牛乳 菜めし I補給* -653kcal	豚肉のしょうが炒め 焼きそば 白菜の和え物 ミニいちごゼリー 牛乳 ごはん I補給* -750kcal	すきやき れんこんサラダ 小松菜と人参の和え物 パイン缶 牛乳 ごはん I補給* -681kcal	豚肉と大根の煮物 春巻き ほうれん草とコーンのソテー こぶき芋 牛乳 ごはん I補給* -770kcal	照焼きチキン キャベツとツナの炒め物 ミックスフルーツ 福神漬 カレー  牛乳 ごはん I補給* -866kcal
27	28	29	30	31
豚肉ともやしの炒め物 チキンナゲット 大根とわかめのポン酢和え りんご缶 瀬戸ふりかけ 牛乳 ごはん I補給* -742kcal	サバの味噌煮 小松菜とコーンの炒め物 ひじき煮 黒糖きなこ餅 牛乳 ごはん I補給* -721kcal	ヒレカツ ポテトサラダ いんげんの和え物 ヨーグルトゼリー ソースパック 牛乳 ロールパン I補給* -678kcal	焼肉炒め キャベツサラダ 小松菜とウインナーのソテー チーズ イタリアンドレッシング小袋 牛乳 ごはん I補給* -677kcal	ハンバーグきのこソース きんぴらごぼう 白菜の和え物 パイン缶 牛乳 ごはん I補給* -676kcal

※献立は交通事情や購入、天候その他の都合で変更することがあります。ご了承ください。