



29(木)		蒜山おこわ(岡山県)	米	もち米	あずき	鶏肉	にんじん	ごぼう	しいたけ	油揚げ	砂糖	736
		はんぺんチーズフライ	はんぺん	チーズ	パン粉	油	小麦粉				油	
		じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	じゃがいも	玉ねぎ	えのきだけ	わかめ	油揚げ	みそ				
		おかか和え	小松菜	もやし	キャベツ	かつお節						28.4
30(金)		鮭のクリーム	スパゲッティ	油	鮭	ベーコン	玉ねぎ	ほうれん草	しめじ	白花豆	牛乳	850
		スパゲッティ	米粉	パセリ								
		ひじきのマリネ	ひじき	大根	きゅうり	枝豆	パプリカ	油	砂糖			
		キャロットケーキ	にんじん	ホットケーキミックス	牛乳	鶏卵	砂糖	バター				33.5
・献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ・料理の作り方や、加工食品の食材料等を知りたい場合は栄養職員までお問い合わせください。							1 学年	2 学年	3 学年	平均栄養量		
						1 月回数	14回	12回	14回	エネルギー	791 kcal	
						累計	144回	144回	143回	たんぱく質	29.8 g	