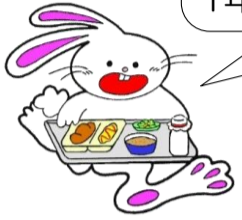




ぼくのなまえは もりもりくん
ぼくの大好きな給食がはじまるよ!!
1年間よろしくね



食物アレルギーをお持ちの方へ

給食センター・パン工場・食品加工工場では、原材料として使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が意図せず混入してしまう可能性（コンタミネーション）があります。

富田林市産の野菜を使用する予定です

・小松菜	12日
・新キャベツ	24日
・なす	28日



【献立表の見方】



使用量

中学年の一人当たりの分量
(g) を表します。幼稚園児は
0.75倍量、低学年は0.85倍量、
高学年は1.15倍量です。

24	ぎょうにゅう	ひとり1個付けの食材です。
こくとうパン	ハンバーグ	三色栄養
レタスのスープ	ハンバーグ	各材料が、三色栄養（食べ物3つの働き）
とりにく	ハンバーグ	では何色になるかをのせています。
レタス	ハンバーグ	♥は赤、◆は黄色、♣は緑の食品です。
たまねぎ	ハンバーグ	♥・・・からだをつくる
ソテーたまねぎ	ハンバーグ	(たんぱく質、無機質)
にんじん	ハンバーグ	◆・・・エネルギーのもとになる
にんじん	ハンバーグ	(炭水化物、脂質)
ホールコーン	ハンバーグ	♣・・・からだの調子をととのえる
パセリ	ハンバーグ	(ビタミン・無機質)
パイオン	ハンバーグ	
うすくちしょうゆ	ハンバーグ	
こいくちしょうゆ	ハンバーグ	
しお	ハンバーグ	
こしょう	ハンバーグ	
しるワイン	ハンバーグ	
こめあぶら	ハンバーグ	
ポテトサラダ	ハンバーグ	
じゃがいも	ハンバーグ	
きゅうり	ハンバーグ	
にんじん	ハンバーグ	
しお	ハンバーグ	
こしょう	ハンバーグ	
ノンエッグマヨネーズ	ハンバーグ	
クラス1ぼん	ハンバーグ	
おいおいゼリー	ハンバーグ	
1こ	ハンバーグ	

三色栄養

各材料が、三色栄養（食べ物3つの働き）
では何色になるかをのせています。
♥は赤、◆は黄色、♣は緑の食品です。
♥・・・からだをつくる
(たんぱく質、無機質)
◆・・・エネルギーのもとになる
(炭水化物、脂質)
♣・・・からだの調子をととのえる
(ビタミン・無機質)

クラスに1本、ドレッシングがつきます。
教室で混ぜて配膳します。

水	木	金
12 ぎょうにゅう こまつなの みそしる とうふ 20♥ あぶらあげ 5♥ こまつな 20♣ にんじん 10♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 やきとりどんぶり こめ 80♦ とりにく 50♥ たまねぎ 30♣ しょうが 0.3♣ こいくちしょうゆ 5 みりん 4 さとう 2.5♦ さけ 1.5 でんぷん 0.3♦ こめあぶら おひたし ほうさい 35♣ にんじん 5♣ こいくちしょうゆ 2 さとう 0.4♦ みりん 0.4 こんぶこ 0.02	13 ぎょうにゅう ごはん 75♦ いわしの カリカリフライ 2こ♥ はっぼうさい ぶたにく 20♥ かまぼこ 10♥ キャベツ 50♣ たまねぎ 40♣ にんじん 15♣ さやえんどう 5♣ ほししいたけ 0.5♣ しょうが 0.2♣ こいくちしょうゆ 2.7 うすくちしょうゆ 1.3 さけ 0.8 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.1♦ とりがらスープ 0.7 でんぷん 1.5♦ こめあぶら ごますあえ もやし 20♣ きゅうり 15♣ にんじん 5♣ しろうごま 0.5♦ うすくちしょうゆ 1.8 こいくちしょうゆ 0.4 す 2 さとう 1♦ みりん 0.6	14 ようちえん ぎょうにゅう コッパン キャベツ 30♣ にんじん 5♣ ホールコーン 5♣ しお 0.12 こしょう 0.01 こめあぶら ミートボールの ケチャップに ミートボール 55♥ こめあぶら 60♦ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ エリンギ 10♣ ビーマン 5♣ ほししいたけ 0.5♣ トマトケチャップ 5.5 トマトピューレ 3♣ ウスターソース 1.2 こいくちしょうゆ 1.2♦ さとう 0.2♦ とりがらスープ 0.7 しお 0.1 こしょう 0.02 あかワイン 0.8 でんぷん 0.6♦ フルーツミックス りんご(缶) 20♣ みかん(缶) 20♣
17 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ ぶたじゃが ぶたにく 30♥ じゃがいも 50♦ たまねぎ 40♣ にんじん 10♣ こんにゃく 30 けずりぶし 0.8 こいくちしょうゆ 7.3 さとう 3.8♦ みりん 0.6 さけ 0.6 こめあぶら あじのいちやほし 1皿♥ きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	18 ようちえん ぎょうにゅう こくとうパン やさいスープ とりにく 20♥ キャベツ 20♣ たまねぎ 10♣ ソテーたまねぎ 10♣ にんじん 5♣ セロリー 2♣ パイオン 12 うすくちしょうゆ 3.5 こいくちしょうゆ 0.3 しお 0.4 こしょう 0.02 しるワイン 0.8 こめあぶら ハンバーグ 1こ♥ しょうが 0.2♣ こいくちしょうゆ 3.2 さとう 1♦ みりん 0.8 さけ 0.5 でんぷん 0.3♦ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん	19 ぎょうにゅう ごはん 75♦ マーボー豆腐 とうふ 110♥ ぶたミンチ 20♥ にんじん 15♣ あおねぎ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ しょうが 0.3♣ にんにく 0.03♣ あかみそ 1.6♥ はっちょうみそ 1.6♥ トウパンジャン 0.15 こいくちしょうゆ 3.5 うすくちしょうゆ 1 さとう 1.5♦ みりん 0.8 さけ 0.8 こしょう 0.03 とりがらスープ 0.7 でんぷん 1.6♦ こめあぶら やきぎょうざ 2こ♥ もやしのあます もやし 30♣ にんじん 5♣ す 2 うすくちしょうゆ 1.8 こいくちしょうゆ 0.4 さとう 1.2♦ みりん 0.4
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦ みりん 0.4 しるワイン 0.8 チキンナゲット 1こ♥ ようちえんじ 1こ♥ しょうがくせい 2こ♥ ポテトサラダ じゃがいも 35♦ きゅうり 10♣ にんじん 5♣ しお 0.1 こしょう 0.01 ノンエッグマヨネーズ クラス1ぼん てづくり いちごジャム いちご 20♣ レモンかじゅう 1♣ グラニューとう 8.5♦	26 ぎょうにゅう ごはん 75♦ わかめスープ とうふ 20♥ とりにく 20♥ ほしわかめ 0.4♥ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ えのきたけ 5♣ ほししいたけ 0.5♣ とりがら 12 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 みりん 0.4 さけ 0.4 こめあぶら はるまき 1こ♥ こめあぶら ナムル もやし 20♣ チンゲンサイ 10♣ にんじん 10♣ にんにく 0.01♣ うすくちしょうゆ 1.2 うすくちしょうゆ 0.6 す 0.6 みりん 0.6 さとう 0.2♦ こめあぶら 0.2♦
24 ようちえん ぎょうにゅう ごはん 75♦ しんキャベツの みそしる あぶらあげ 5♥ しんキャベツ 20♣ たまねぎ 15♣ にんじん 10♣ あおねぎ 5♣ あかみそ 9♥ しろみそ 2♥ けずりぶし 2.5 だしこんぶ 0.6 みりん 0.4 ぶたにくの たつたあげ ぶたにく 45♥ でんぷん 13♦ しょうが 0.25♣ こいくちしょうゆ 3.5 さとう 0.6♦ さけ 0.8 ガーリックこ 0.02 こめあぶら きゅうりの すのもの ほしわかめ 0.3♥ きゅうり 30♣ す 2.2 うすくちしょうゆ 1.5 さとう 1.1♦ しお 0.12 みりん 0.4	25 ようちえん ぎょうにゅう しょくパン アスパラガスの スープに フランクフルト 20♥ じゃがいも 40♥ たまねぎ 30♣ キャベツ 20♣ グリーンアスパラガス 15♣ にんじん 10♣ セロリー 2♣ にんにく 0.02♣ とりがら 7 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 1 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2♦<	