

日	主食	温食	副食	体をつくる	エネルギーになる	体の調子を整える	エネルギー
1 (金)	どうみつパン	ベーコンとうすら たまごのスープ	・チキンとうふハンバーグ	ぎゅうにゅう うすらたまご・ベーコン チキンとうふハンバーグ	どうみつパン あぶら パンこ・さとう	にんじん・たまねぎ ほうれんそう キャベツ	578 644 715
4 (月)	いりこなめし	☆節分メニュー☆ かわりきんぴら	・いわしのうめに ・せつぶんまめ	ぎゅうにゅう・ぶたにく せつぶんまめ さつまあげ・いわし	いりこなめしごはん しらたき・あぶら ごま・さとう	ごぼう にんじん だいこん	710 762 811
5 (火)	ごはん	しらたまじる 八丁平小 5年2組5班 リクエスト	・ぶたにくのしょうがやき	ぎゅうにゅう・とりにく あぶらあげ・ぶたにく なると	ごはん しらたまもち あぶら	ながねぎ・たまねぎ ごぼう・ピーマン にんじん・もやし	626 688 752
6 (水)	ごはん	しょうゆラーメン 高砂小 5年1組1班 リクエスト	・テリヤキチキン ・のりつくだに	ぎゅうにゅう・わかめ ぶたにく・テリヤキチキン なると・のりつくだに	ごはん ラーメン あぶら	たけのこ ながねぎ もやし	629 681 730
7 (木)	コッペパン	パンプキンポタージュ	・エビフライ ・いちごジャム	ぎゅうにゅう エビフライ なまクリーム	コッペパン じゃがいも あぶら・いちごジャム	かぼちゃ・コーン たまねぎ・パセリ にんじん	541 599 664
8 (金)	ごはん	ぶたキムチどうふ	・にくしゅうまい(2こ)	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ	ごはん ごまあぶら しゅうまいのかわ	ながねぎ はくさい・にら もやし・しょうが	603 655 704
12 (火)	ごはん	はるさめとホタテの スープ	・カルビーやき	ぎゅうにゅう ホタテ・ぶたにく どうふ	ごはん はるさめ でんぶん	たけのこ・ながねぎ もやし・ピーマン・えのき にんじん・たまねぎ	540 590 641
13 (水)	こくとうパン	マカロニの グラタンふう	・トマトオムレツ ・ミニハートクッキー	ぎゅうにゅう ハム・トマトオムレツ こなチーズ	こくとうパン マカロニ バター	たまねぎ・マッシュルーム にんじん・えだまめ コーン・パセリ	590 659 727
14 (木)	ごはん	白鳥台小 5年1組4班 リクエスト にしよくすいとんじる	・やさしいコロケ ・なっとうスティック	ぎゅうにゅう・なると とりにく あぶらあげ・なっとう	ごはん・やさしいコロケ いもち かぼちゃもち	ながねぎ にんじん ごぼう	657 705 749
15 (金)	むぎごはん	チキンカレー	・みかんゼリーの フルーツあえ	ぎゅうにゅう なまクリーム とりにく	ごはん・ゼリー じゃがいも バター・ナタデココ	たまねぎ・にんにく パイン・みかん・もも トマト・にんじん	713 776 840
18 (月)	メロンパン	ポークビーンズ	・イカリングフライ(2こ)	ぎゅうにゅう ベーコン・イカリングフライ だいたず	メロンパン・あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ・にんじん にんにく・コーン トマト・マッシュルーム・パセリ	647 664 681
19 (火)	ごはん	旭ヶ丘小 5年1組1班 リクエスト ミニぎょうざスープ	・チンジャオロース ・あんにとんどうふ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎょうざ	ごはん・あぶら あんにとんどうふ ぎょうざのかわ	にんじん・たけのこ しいたけ・あかピーマン ながねぎ・ピーマン	617 677 734
20 (水)	ごはん	ごしよくに	・とうふのそぼろづつみ	ぎゅうにゅう とうふ・そぼろづつみ りーんあげ・とりにく	ごはん・さんおんとう さつまいも・あぶら ごんにやく	えだまめ だいこん にんじん	630 684 732
21 (木)	コッペパン	しろはなまめの シチュー	・にくだんご(2こ) ・みかんジャム	ぎゅうにゅう・にくだんご なまクリーム・とりにく しろはなまめ	コッペパン じゃがいも バター・みかんジャム	にんじん・コーン たまねぎ えだまめ	577 640 709
22 (金)	ごはん	あすかなべ	・ひじきはるまき	ぎゅうにゅう・みそ ひじきはるまき やきどうふ・とりにく	ごはん つきごんにやく あぶら	だいこん・はくさい にんじん・しめじ ながねぎ	585 633 675
25 (月)	あげパン	ペスカトーレ	・おうとうかん	ぎゅうにゅう・イカ アサリ エビ	あげパン オリーブゆ スパゲティー	たまねぎ・トマト にんにく にんじん・もも	570 639 717
26 (火)	わかめごはん	八丁平小 5年1組5班 リクエスト うどん	・さんまみそに	ぎゅうにゅう・なると とりにく・さんま あぶらあげ	わかめごはん うどん さんおんとう	ながねぎ にんじん ごぼう	630 686 738
27 (水)	かぼちゃパン	八丁平小 5年3組3班 リクエスト やさしいスープ	・チキンナゲット(2こ) ・はちみつレモンゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン チキンナゲット	かぼちゃパン・あぶら じゃがいも ハチみつレモンゼリー	にんじん・たまねぎ ほうれんそう ブロッコリー	517 563 615
28 (木)	ごはん	プルコギ	・ぎょうざ(2こ) ・ぎょうざのタレ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎょうざ	ごはん・さとう はるさめ・ごま ごまあぶら・でんぶん	たまねぎ・にら キャベツ・しいたけ にんじん・にんにく	656 715 767

★ 牛乳は毎日つきます。 ★ お子様楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。

★ 「はし」は、毎日持ってきてください。(はしは毎日洗いましょう。)

★ 都合により献立の一部を変更する場合があります。

★ アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭まで、ご連絡ください。

※ 室蘭市の学校給食センターホームページ

(アドレス <http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html>)

※ 献立表はメールでも配信しております。(アドレス http://www.city.muroran.lg.jp/im/org2260/mail_k.html)

右のQRコードからでも登録ページへ進むことができます。

☆当日パン☆

7日

21日

八丁平 高平
本輪西 陣屋
本室蘭
喜門岱
白鳥台

絵鞆 桜が丘
武場 天沢
地球岬

