

				しょうがくぶ		ちゅうがくぶ													
				エネルギー	たんぱくしつ	エネルギー	たんぱくしつ												
げつようび				かようび				すいようび				もくようび				きんようび			
2				3				4				5				6			
 <p>ゆかりごはん にくじゃが みそしる(きゃべつ・とうふ)</p>				 <p>ごはん サバのしおやき ビーフソテー みそしる(なめこ・こまつな)</p>				 <p>ごはん ふくさたまご あげとしらたきのおひたし みそしる(いも・たまねぎ)</p>				 <p>ごはん ブタのケチャップいため チキンサラダ はくさいのスープ</p>				 <p>カレーライス くきワカメサラダ ヨーグルト</p>			
562	21.1	721	27.1	566	23.9	726	30.7	583	22.2	748	28.5	594	22.9	761	29.3	607	20.6	778	26.4
9				10				11				12				13			
 <p>gomokudon ちくわのいそべあげ(小1中2) オレンジ</p>				 <p>ごはん しろみざかな(ホキ)のパンこやき コールスローサラダ ミネストローネ</p>				 <p>ごはん とりのごまマヨやき コーンとツナのサラダ いもとほうれんそうのスープ</p>				<p>りんじ きゅうりょう しゅうがく てんがく かかわ そうだんかい 臨時休校(就学・転学に係る相談会)</p> 				 <p>ごはん とりのからあげ(小2中3) スイートポテトサラダ みそしる(はくさい・あぶらあげ)</p>			
585	23.9	750	30.6	580	21.6	743	27.7	568	20.9	728	26.8					701	23.5	899	30.1
16				17				18				19				20			
 <p>ごはん とりのみそやき あつあげとひじきのにも みそしる(キャブ・ブタ・キャベツ)</p>				 <p>ごはん さごしのしおこうじやき いものカレーきんぴら みそしる(なまあげ・にんじん)</p>				 <p>ごはん ぶたのソースいため ツナサラダ ABCスープ</p>				 <p>こんさいそばろどん(むぎごはん) やさいのすのもの みそしる(はくさい・しめじ)</p>				 <p>フラワーロール クリスピーチキン ハムマリネサラダ どうにゅうコンソープ クリスマスのチョコカップケーキ</p>			
583	25.2	748	32.3	553	22.6	709	29.0	601	22.7	771	29.1	556	22.2	713	28.5	738	24.7	946	31.7



※こんだては、つごうによりへんこうするかのうせいがあります。