



きゅうしょくだより

北見市立北小学校

	こんだて	あかのなかま 血・肉・骨になる	きいろのなかま 熱や力のもとになる	みどいのなかま 体の調子をととのえる
1 木	たけのごはん はんぺん汁 厚焼卵 かしわもち	牛乳 鶏肉 つと 油揚 豆腐 卵	麦ごはん かしわもち	人参 みつば 絹さや たけのこ 椎茸
2 金	クリームロールパン 中華スープ 酢豚	牛乳 つと 卵 豚肉 いか	クリームロールパン マロニー	人参 ほうれん草 ピーマン 玉ねぎ 白菜 椎茸 きくらげ
5 月	こどもの日			
6 火	振替休日			
7 水	ミニウイナーサンド 焼きそば ぶどうゼリー	牛乳 ウイナー 豚肉 つと	ミニバターロールパン 焼きそばめん	人参 ピーマン 玉ねぎ キャベツ 椎茸
8 木	シャージャア丼 かきたま汁 清見オレンジ	牛乳 豚肉 卵 鶏肉	ごはん	人参 チンゲン菜 椎茸 長ねぎ オレンジ 玉ねぎ
9 金	クロパン コーンシチュー しゃぶしゃぶサラダ	牛乳 鶏肉 豚肉	クロパン じゃが芋 ごま	人参 パセリ 玉ねぎ コーン きゅうり もやし
12 月	とんこつラーメン ぎょうざ りんご	牛乳 豚肉 鶏肉 つと	ラーメン ごま	人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ もやし りんご
13 火	キーマカレー フルーツのヨーグルト和え	牛乳 豚肉 ヨーグルト	麦ごはん じゃが芋	人参 玉ねぎ なすび みかん バナナ パイン
14 水	スイートロールパン ポテトスープ チキンのマニッシュ焼き ベジタブルソテー	牛乳 ベーコン 鶏肉	スイートロールパン じゃが芋	人参 パセリ 玉ねぎ いんげん コーン
15 木	菜めしごはん 味噌けんちん汁 鮭の洋風西京焼き ミニトマト	牛乳 豆腐 油揚 鮭	菜めしごはん じゃが芋 ごま	人参 大根 ごぼう 長ねぎ トマト
16 金	ココア揚げパン ミルク風ポトフ パイン	牛乳 鶏肉	バターパン じゃが芋	人参 パセリ 玉ねぎ 長ねぎ かぶ パイン
19 月	ミニクロワッサン 春野菜のスパゲティ 大根サラダ	牛乳 ベーコン ハム	ミニクロワッサン スパゲティ	人参 アスパラ 玉ねぎ キャベツ 大根 きゅうり
20 火	わかめごはん 煮込みおでん 野菜の磯の香和え	牛乳 鶏肉 生揚 うずら卵 のり	わかめごはん こんにゃく	人参 ほうれん草 大根 椎茸 白菜
21 水	チキンカツバーガー 白菜のクリーム煮 みかんジュース	鶏肉 ベーコン	コッペパン	人参 パセリ キャベツ 玉ねぎ 白菜 ｶｯﾌﾟｽ
22 木	豚肉とキャベツのチャーハン パナナ じゃが芋とウイナーのスープ	牛乳 卵 豚肉 ウイナー	麦ごはん じゃが芋	人参 パセリ キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ パナナ
23 金	リングパン 杏仁フルーツ 天ぷらボールのあんかけ煮	牛乳 豚肉 天ぷらボール	リングパン	人参 ほうれん草 椎茸 もやし 玉ねぎ ｸﾞﾗﾝﾌﾟ ﾀﾞｲﾝﾊﾞｶ
26 月	運動会の振替休業日			
27 火	ごはん ふりかけ 豆腐とえのきの味噌汁 さんまの生姜煮 きゅうりの香り漬	牛乳 豆腐 油揚 さんま	ごはん ごま	えのき茸 きゅうり 長ねぎ
28 水	おにぎり 親子うどん 野菜のツナ和え	牛乳 鶏肉 卵 ツナ つと	おにぎり うどん	人参 ほうれん草 椎茸 長ねぎ もやし
29 木	カレーライス 福神漬 パインのブルーベリーソースかけ	牛乳 豚肉	麦ごはん じゃが芋	人参 玉ねぎ パイン グリーンピース
30 金	はちみつロールパン オニオンコロケ なめらかワンタンスープ キャベツソテー	牛乳 ベーコン	はちみつロールパン	人参 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ コーン 貝割れ

※ 都合により献立が変わることもあります