

4月分 学校給食予定献立表

献立目標： 給食を楽しもう

◎かみかみ30 ～一口30回を意識してよくかんで食べてみよう～

袋井市立浅羽学校給食センター R 6.4

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主に熱や力のもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
9 火	ごはん					米				586kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							795kcal
	とりつくね	(とり肉 大豆)			(玉ねぎ)	(澱粉 ハン粉 砂糖) 砂糖 澱粉	油	(塩 こしょう) 醤油 みりん	24.1g	31.9g
	にびだし	かつお節		テンゲンサイ	もやし			醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	19g	24.8g
10 水	だいこんのみぞしる	油揚げ みそ 大豆粉 豆腐		こまつな にんじん	大根 玉ねぎ			かつお節 だし昆布	1.4g	1.7g
	たけのこごはん	油揚げ			たけのこ	米 砂糖		醤油 酒 みりん かつお節 だし昆布	589kcal	725kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			砂糖		醤油 酒 みりん	27.4g	33.2g
	にしんのみりんやき	にしん		こまつな	しいたけ	砂糖	ごま油	しょうゆ	19.3g	23.4g
11 木	こまつなあえもの			にんじん 水菜	玉ねぎ 大根 ごぼう			塩 醤油 みりん かつお節 だし昆布	2g	2.4g
	さわにわん	ぶた肉								
12 金	ヨーグルト (小・中)		ヨーグルト							
	むぎごはん					米 大麦				599kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							773kcal
	ししゃものからあげ	大豆粉	ししゃも			澱粉	油	みりん	22.6g	28.1g
13 木	じゃがいもとふきのとさに	かつお節			ふき	じゃがいも 砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	18.6g	22.5g
	とんじる	ぶた肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん 葉ねぎ	大根 ごぼう こんにゃく			かつお節 だし昆布	1.7g	2.1g
	ソフトめん					小麦粉		塩	587kcal	744kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						28.2g	35.1g
14 金	ミートソース	ぶた肉 大豆ミート 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ セロリ 枝豆 にんにく	レンズ豆 砂糖	オリーブ油	トマトケチャップ ソース ポークブイヨン 赤ワイン 塩 こしょう	17.3g	20.3g
	コーンポテト				コーン	じゃがいも	ドレッシング	塩 こしょう	1.1g	1.5g
	コールスロー				キャベツ キャットリ 紫玉ねぎ	砂糖	油	米酢 塩 こしょう		
15 月	むぎごはん					米 大麦				634kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							827kcal
	マー婆ーどうふ	豆腐 ぶた肉 みそ		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ たけのこ しじょうが にんにく	砂糖 澱粉	ごま油	ホーグブイヨン 醤油 オイスターソース 酒 テンメンジャン トウバンジャン	29.5g	37.7g
	にほしとだいすのあめがらめ	大豆	青のり にほし			澱粉 砂糖	油	みりん 醤油	19g	23.3g
16 火	はるさめサラダ				コーン キャベツ	春雨 砂糖	ごま油	米酢 塩 こしょう	1.2g	1.9g
	ごはん					米				568kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							739kcal
	あつあげのくみそかけ	厚揚げ ぶた肉 みそ 大豆粉 みそ		葉ねぎ	しょうが	砂糖 澱粉	油	酒	22.5g	28.5g
17 水	こんぶあえ		塩こんぶ	テンゲンサイ	キャベツ		ごま油	醤油	18.1g	22.1g
	こんさいじる	とり肉		こまつな にんじん	玉ねぎ たけのこ 根深ねぎ		ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.2g	1.6g
	ごはん				進級・入学 お祝い献立	米				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							638kcal
18 木	さわらのコロコロあげ	(鰯)			にんにく	(澱粉) 砂糖	油	醤油 みりん 米酢 黒酢	25.4g	31.6g
	ゆかりあえ			こまつな ゆかり粉	キャベツ			醤油	21.4g	25.7g
	すまじる	豆腐 なると		テンゲンサイ にんじん	玉ねぎ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.9g
	おいわいゼリー	(豆乳 大豆粉)			えのきだけ (いのこ)	(砂糖)				
19 金	しょくパン		脱脂粉乳		小麦粉 砂糖	ショートニング	塩			650kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							862kcal
	チキンのバーベキューソース	とり肉 大豆粉			にんにく	砂糖		トマトケチャップ ソース 醤油 白ワイン こしょう	30.1g	39g
	やさいサラダ			にんじん	キャベツ	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	23.8g	30g
20 木	とうにゅうコーンチャウダー	ベーコン 豆乳 大豆粉		こまつな	玉ねぎ コーン コーンペースト	米粉	油	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	1.8g	2.4g
	つくりいちごジャム				いちご レモン果汁	砂糖				
	むぎごはん					米 大麦				644kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							844kcal
21 金	さばのにつけ	さば 大豆粉			しょうが	中双糖		酒 醤油 みりん	26.4g	33.7g
	いそかあえ		のり	テンゲンサイ	もやし	砂糖		醤油	24.5g	31.2g
	さんさいじる	とり肉 油揚げ		こまつな にんじん	玉ねぎ たけのこ わらび			醤油 塩 酒 かつお節 だし昆布	1.7g	2.2g
	ごはん				米					
22 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		どまんなか給食					610kcal
	ふたにくのしょうがやき	ぶた肉			玉ねぎ しょうが	澱粉		酒 醤油 みりん 塩こしょう	24.7g	31.3g
	きりほしだいこんのはりはりづけ		テンゲンサイ	切干大根	砂糖	ごま油		醤油 米酢 みりん	21.8g	27.4g
	どまんなかじる	豆腐 大豆 みそ 大豆粉		こまつな にんじん	キャベツ しいたけ			かつお節 だし昆布	1.5g	1.8g
23 火	ごはん				米					
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							665kcal
	ポークカレー	ぶた肉 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも 米粉 レンズ豆	油	ポークブイヨン 赤ワイン トマトケチャップ ソース オールスパイス ナツメグ ローレル クミン カレー粉 塩 こしょう	26.1g	32.1g
	かいそうサラダ		海藻ミックス		キャベツ コーン	砂糖	ごま油	米酢 醤油 塩	19.2g	23.2g
	ごぼうチップス		青のり		ごぼう	米粉	油	塩 こしょう ガーリックパウダー	1.6g	2.1g

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと (赤)		主に体の調子を整えるもと (緑)		主に熱や力のもと (黄)		調味料	小学校 エネルギーー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギーー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
水	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							621kcal
	たまごやき	たまご 豆腐				砂糖		塩 醤油 かつお節 だし昆布	25.7g	32.7g
	こまつなひたひた				こまつな	もやし	砂糖	ごま油	18.5g	22.3g
	にくじやが		ぶた肉	にんじん いんげん	玉ねぎ しょうが こんげんやく	じゃがいも 砂糖		醤油 醤油 みりん かつお節 だし昆布	1.5g	2.2g
木	ふりかけ (中)	(鯖 鰯)	(青のり)	(かぼちゃ)		(水あめ)	(ごま)	(醤油 みりん)		
	こくとうばん		脱脂粉乳				小麦粉 砂糖 黒糖	ショートニング 塩		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						600kcal	826kcal
	さけのガーリックやき	鮭 大豆粉					オリーブ油	白ワイン 塩 こしょう ガーリックパウダー	29.9g	38.4g
	カレードレッシングサラダ				チンゲンサイ	きゅうり コーン	砂糖	油	22g	27.7g
金	ボトフ		ワインナー	にんじん	玉ねぎ キャベツ セロリ エリンギ	じゃがいも	油	白ワイン コンソメ 醤油 塩 こしょう	1.8g	2.5g
	ヨーグルト (中)		ヨーグルト							
	ごはん						米			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						669kcal	857kcal
	しんちゃのかきあげ			茶	こぼう 玉ねぎ たけのこ	小麦粉 濕粉	油	米酢 酒 塩	24.1g	29.8g
火	やさいとジャコのいためもの		しらす干し		こまつな	キャベツ		ごま油	24.3g	29.9g
	こうやどうふのうまい	とり肉 さつま揚げ 高野豆腐		にんじん いんげん	玉ねぎ しいたけ こんにゃく	砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	1.5g	2g
	バーガーパン		脱脂粉乳				小麦粉 砂糖	ショートニング 塩		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				(小麦粉 バン粉) 砂糖 濕粉	油	654kcal	825kcal
	メンチカツ	(ぶた肉)			(玉ねぎ)			ソース (塩 こしょう)	24.2g	29.7g
木	ごぼうサラダ	大豆粉			ごぼう きゅうり コーン	砂糖	ドレッシング	醤油 米酢 こしょう	29.9g	36.6g
	ミネストローネ	ベーコン 大豆		にんじん トマト水煮	玉ねぎ エリンギ セロリ にんにく	砂糖 じゃがいも	オリーブ油	白ワイン 塩 コンソメ ローレル こしょう	1.9g	2.4g

献立表の見方を紹介します

毎月の献立目標に沿って、栄養士が献立を作成しています。

袋井の地場産物を多く使ったどまんなか給食を月に1回実施しています。

4月分 学校給食予定献立表

献立目標： 春を味わおう



日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと (赤)		主に体の調子を整えるもと (緑)		主に熱や力のもと (黄)		調味料	幼稚園 エネルギーー たんぱく質 脂質 食塩	665kcal
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
火	むぎごはん		牛乳			米 大麦				
	ぎゅうにゅう									495kcal
	ポークカレー	肉 大豆粉		にんじん トマト	玉ねぎ にんにく 生姜	じゃがいも レンズ豆 米粉	油	ポークブイヨン ワイン ケチャップ ソース オールスパイス ナツメグ ローレル クミン カレー粉 塩 こしょう カレーローリー	19.8g 15.8g	26g 19.2g
	かいそうサラダ		海藻ミックス		キャベツ コーン	砂糖	ごま油	醤油 酢 塩	1g	1.6g
	ごぼうチップス		青のり		ごぼう	米粉	油	塩 ガーリックパウダー こしょう		

野菜いっぱいマーク

小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3 (95g) 以上を使用している日の献立には、「野菜いっぱいマーク」がついています。



よくかんで食べようマーク

よくかんで食べもらいたい献立の日にこのマークがついています。



市内産の食材は太字で表記しています

給食を均等に分け、全部食べると摂取できる栄養量が記載されています。学年別の体格（身長等）から、必要な栄養量を決定し、栄養量に過不足が出ないように、毎月給食の内容を検討しています。（献立表記載の栄養価は幼稚園年長、小学4年生、中学2年生）



スプーンがあった方が食べやすいメニューにスプーンマークをつけています。

ついていなくても、必要に応じて用意してください



献立表を掲載しています！
写真は毎日更新♪

材料の都合等により、献立が変更することがあります。
加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。
「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。
魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。
給食に関して質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問合せください。（23-3049）

5月分 学校給食予定献立表

献立目標： 初夏を味わおう



かみかみ30 ～一口30回を意識してよくかんで食べてみよう～

袋井市立浅羽学校給食センター

R 6.5

日 曜 日	献立名	主に体を作るもど（赤）		主に体の調子を整えるもど（緑）		主に熱や力のもど（黄）		調味料	小学校 エネギー ^{だんぱく質 脂質 食塩}	中学校 エネギー ^{だんぱく質 脂質 食塩}
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
1	ごはん					★端午の節句 献立★	*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						650kcal	809kcal
	かつおのくろしおだれ	かつお 大豆粉			枝豆 しょうが ねりうめ	片栗粉 黒砂糖	油	醤油 酒 みりん	27.8g	34.5g
水	こまつなともやしのあえもの			小松菜	もやし	砂糖	ごま油	醤油	15.6g	18.2g
	あおさのすまじしる		豆腐	青のり	にんじん	玉ねぎ だけのこ 根深ねぎ えのきだけ		醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.8g
	かしわもち		(寒天)			(あずき 米粉 砂糖 水あめ)				
2	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						558kcal	725kcal
	あつあげのあんかけ	厚揚げ 鶏肉			だけのこ 根深ねぎ しょうが	砂糖 片栗粉	ごま油	醤油 酒 かつお節 だし昆布	20.5g	25.6g
木	チングンサイといたけのピリからあえ			チングンサイ	しいたけ	砂糖	ごま油	醤油 ラー油	16.2g	19.3g
	しんたまねぎのみそしる	みそ 大豆粉		にんじん 小松菜	玉ねぎ	じゃが芋		かつお節 だし昆布	1.5g	2.1g
7	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						626kcal	802kcal
	ししゃものいそへあげ	大豆粉	ししゃも 青のり			小麦粉	油	塩	26.3g	33g
火	ゆかりあえ			水菜 ゆかり粉	キャベツ			醤油	21.5g	25.9g
	いりどうふ	豆腐 鶏肉		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ だけのこ こんにゃく 干しいたけ	砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	1.6g	2.1g
8	むぎごはん						*	大麦		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						618kcal	800kcal
	ねぎしおふたどんのぐ	豚肉			玉ねぎ 根深ねぎ しょうが にんにく	片栗粉	ごま油	酒 みりん 醤油 チキンスープ 塩	26.4g	33.3g
水	じゃがいものあおのりあえ		青のり			じゃが芋		塩	18.7g	22.2g
	あつあげのみそしる	厚揚げ みそ 大豆粉		にんじん チングンサイ	玉ねぎ えのきだけ			かつお節 だし昆布	1.6g	2.1g
	ジューシーフルーツ				ジューシーフルーツ					
9	げんまいロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 玄米	ショートニング	塩	650kcal	833kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	ソナチーズオムレツ	卵 豆腐 まぐろ油づけ	チーズ ぎゅうにゅう	アスパラガス	玉ねぎ			チキンスープ 塩 こしょう	31.4g	39.5g
木	やさいサラダ			チングンサイ	キャベツ コーン	砂糖	油	酢 塩 こしょう	26.1g	32.5g
	グリーンボタージュ	ベーコン 豆乳 大豆粉	ぎゅうにゅう 脱脂粉乳		グリンピース 玉ねぎ コーンペースト	米粉	バター 牛クリーム	ワイン コンソメ 塩 こしょう	2.1g	2.9g
10	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						620kcal	866kcal
	とりにくとビーマンのケチャップあえ	鶏肉 鶏レバ濃粉つき		ビーマン	だけのこ ハブリカ（唐）	砂糖 片栗粉	油	トマトケチャップ 醋 醤油 酒 チキンスープ	22.2g	29.7g
金	もやしのちゅうかあえ				もやし きゅうり	砂糖	ごま油	酢 醤油	20.5g	25.2g
	はるさめスープ	豆腐 ベーコン		にんじん チングンサイ	玉ねぎ	春雨	ごま油	チキンスープ 酒 塩 こしょう	1.3g	1.9g
	りんごヨーグルト（中）		りんご ヨーグルト							
13	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						590kcal	762kcal
月	いいらのみそドレッシングやき	しいら みそ 大豆粉						乳化ドレッシング 酒 こしょう	27.4g	35g
	きんびらごぼう			にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖	ごま油	醤油 みりん	18.4g	21.7g
	にらたまじる	卵 豆腐		にら	玉ねぎ えのきだけ	片栗粉		醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.6g	1.8g
14	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	655kcal	831kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	チキンカツ	鶏肉 大豆粉				パン粉 小麦粉	油	ワイン 塩こうじ 塩	29g	35.1g
火	ボテトサラダ	大豆粉			きゅうり コーン	じゃが芋 砂糖	乳化ドレッシング	塩 こしょう	28.6g	35.2g
	やさいスープ	ウインナー		にんじん	玉ねぎ キャベツ エリンギ セロリ		油	コンソメ 醤油 ワイン 塩 こしょう	1.8g	2.4g
15	グリンピースごはん					グリンピース	*	酒 塩	628kcal	820kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう							
	さばのしおやき	さば 大豆粉						塩こうじ 塩 酒	26.5g	34.2g
水	いそかあえ		のり	小松菜	もやし			醤油 みりん	25.1g	32g
	とんじる	豚肉 みそ 大豆粉		チングンサイ にんじん	ごぼう 根深ねぎ	じゃが芋		酒 かつお節 だし昆布	2.2g	2.8g
16	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						574kcal	742kcal
	わふうハンバーグ	(豚肉 鶏肉 大豆粉)			(玉ねぎ)	砂糖 片栗粉 (片栗粉)	(豚脂)	醤油 酒 みりん (塩 チキンブイヨン)	21.8g	27g
木	きゅうりのひたひた				きゅうり	砂糖	ごま油	醤油	17.7g	21.2g
	ぐだくさんじる	豆腐		にんじん 小松菜	玉ねぎ えのきだけ			醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	2.3g

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している
日の献立には「野菜いっぱいマーク」が
ついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日 /曜 日	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熱や力のもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
17 金	ちゅうかめん					小麦粉		塩		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	(にんじん)	(玉ねぎ キャベツ 干ししいたけ しょうが)	(小麦粉 春雨 片栗粉 砂糖 米粉)	(油 脂肪 ショートニング)	(醤油 ポークブイヨン 塩)	676kcal	877kcal
	はるまき	(豚肉)							27.9g	35.5g
	チンゲンサイのちゅうかサラダ			チンゲンサイ	きゅうり コーン キャベツ もやし 根深ねぎ しょうが	砂糖	ごま油	酢 醤油 塩	25.9g	31.8g
	しょうゆラーメンスープ		豚肉 焼き豚	にんじん			ごま油	醤油 酒 塩 こしょう ポークブイヨン	2.1g	2.6g
	ヨーグルト		ヨーグルト							
20 月	むぎごはん				★どまんなか給食の日★	米 大麦			564kcal	724kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	パブリカ(赤)	玉ねぎ	砂糖 片栗粉	ごま油	醤油 酒 酢 かつお節 だし昆布	23.3g	29.3g
	ふくろいポークのあますあん			小松菜	もやし	砂糖	ごま	醤油	18.4g	22g
	ごまあえ			チンゲンサイ	にんじん 大根 しいたけ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.5g	1.9g
21 火	ごはん			★日本の味めぐり★ 近畿地方の料理	米				656kcal	790kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		しょうが	砂糖 片栗粉				
	にしんのてりやき	にしん						醤油 みりん 酒	27.3g	30.7g
	だいこんぶたにくのたいたん		油揚げ	水菜	大根	砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	20.9g	22.6g
	ゆばのすましる	ゆば 豆腐		にんじん 小松菜	玉ねぎ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.8g
22 水	まっちゃクリームだいふく			(脱脂粉乳 れん乳)	(茶)	(白いんげん豆 上新粉 ちぢ米)	(油 牛クリーム)			
	ごはん					小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	568kcal	731kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		しょうが	片栗粉		醤油 みりん 酒	25.2g	31.3g
	とりにくのてりやき	鶏肉						醤油 みりん	19.3g	23.2g
23 木	じやこあえ		しらすぼし	チングンサイ	キャベツ		ごま油	醤油 みりん	1.6g	2.1g
	みそけんちんじる	豆腐 みそ 大豆粉		にんじん 小松菜	大根 ごぼう こんにゃく		ごま油	かつお節 だし昆布		
	りょくちやしょくパン		脱脂粉乳	茶					646kcal	859kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		玉ねぎ 枝豆		乳化ドレッシング	こしょう	30.3g	39.8g
24 金	こうやどうふのチーズやき	高野豆腐 まぐろ油漬け 大豆粉	ぎゅうにゅう	チングンサイ	きゅうり コーン キャベツ 玉ねぎ エリンギ セロリ	砂糖	アーモンド油 酢 塩 こしょう	30.6g	38.7g	
	アーモンドサラダ			にんじん			オリーブ油 ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう	2.2g	2.9g	
	ジュリエンヌスープ	ベーコン								
	ごはん					米			577kcal	739kcal
27 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		しょうが	砂糖		酒 醤油 みりん 醋	25.3g	30.9g
	いわしのしょうがに	いわし 大豆粉						醤油	14.8g	16.8g
	おかかあえ	かつお節		小松菜	もやし	砂糖			1.5g	1.8g
	しんじやがにのもの	鶏肉		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく しょうが	じゃが芋 砂糖	醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布			
29 水	ごはん					米			581kcal	748kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		葉ねぎ	干ししいたけ たけのこ 玉ねぎ	砂糖 油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	25g	31.3g
	ごもくたまごやき	卵 豆腐 まぐろ油つけ						醤油 みりん かつお節 だし昆布	18.7g	22.2g
	ひじきのために	ちくわ	ひじき	にんじん さやいんげん	こんにゃく	砂糖	ごま油	醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.9g	2.5g
	はりはりじる	豆腐 豚肉		水菜	玉ねぎ えのきだけ					
28 火	ふりかけ(中)		(昆布 のり)	(抹茶)		(米 でん粉 砂糖)		(塩)		
	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						644kcal	829kcal
	カレー	鶏肉 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょうが	じゃが芋 はちみつ レンズ豆 米粉	油	トマトケチャップ 塩 ソース カレー粉 ワイン チキンスープ オールスパイス ナツメグ クミン こしょう ローレル	24.6g	30.3g
29 水	チングンサイとコーンのサラダ			チングンサイ	キャベツ コーン ブルーベリー パイントロップづけ いちごゼリー	砂糖	油	醤油 酒 こしょう オーレブーク バジル ローズマリー パブリカ粉	17.7g	21.1g
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト			はちみつ			1.4g	1.7g
	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						641kcal	827kcal
30 木	ちゅうかんのぐ	豚肉 いか うすら卵		にんじん チングンサイ	玉ねぎ キャベツ たけのこ きくらげ 干ししいたけ しょうが	片栗粉	ごま油	醤油 酒 ポークブイヨン 塩 こしょう	27.7g	34.5g
	ごぼうとじゃがいものあおりあけ		青のり		ごぼう	じゃが芋 米粉	油	ガーリックパウダー 塩	22.6g	27.5g
	ゆでえだまめ				枝豆			塩	1.4g	1.9g
	ロールパン			脱脂粉乳		小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	666kcal	853kcal
31 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						29.9g	37.5g
	ハーフチキン	鶏肉						オーレブーク バジル ローズマリー パブリカ粉	32.1g	40.4g
	アスパラいりサラダ	大豆粉		アスパラガス	キャベツ コーン		乳化ドレッシング	こしょう	1.9g	2.6g
	クリームスープ	ワインナー 大豆粉	ぎゅうにゅう	チングンサイ	玉ねぎ	じゃが芋 小麦粉	バター	ワイン コンソメ 塩 こしょう		
31 金	むぎごはん					米 大麦			625kcal	840kcal
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						27.1g	35.6g
	あつあげコロコロマーボー	厚揚げ 豚肉 みそ 大豆粉		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ たけのこ 根深ねぎ しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	油 ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒 オイスターソース 塩 テンメンジョン トウバンジョン	22.2g	29.3g
	きびなごのカリカリあけ		(きびなご)		(生姜)	(片栗粉 米粉 砂糖 玄米粉 じゃが芋)	油	(塩)	1.3g	1.9g
	やさいのピリからづけ				キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	醤油 ラー油		

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。
袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ()で表示をしてあります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。(TEL: 23-3049)

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

6月分 学校給食予定献立表

献立目標：よくかんで食べよう

袋井市立浅羽学校給食センター

R 6.6



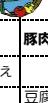
かみかみ30 ～一口30回を意識してよくかんで食べてみよう～

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主に熱や力のもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー ^{たんぱく質 脂質 食塩}	中学校 エネルギー ^{たんぱく質 脂質 食塩}
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
3 月	ごはん			歯と口の健康週間		*			651kcal	850kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						24.1g	30.7g
	とりのからあげ	鶏肉			にんにく しょうが	片栗粉	油	酒 醤油	25.1g	31.5g
	きんびらごぼう	油揚げ 豆腐 みそ 大豆粉		さやいんげん	ごぼう こんにゃく	砂糖	ごま油	醤油 みりん	1.4g	1.9g
4 火	とうふのみそしる			にんじん 小松菜	玉ねぎ			かつお節 だし昆布		
	ごはん	地球				*			591kcal	767kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						24.9g	31.4g
	あつあげのそぼろかけ	厚揚げ 鶏肉				砂糖 片栗粉	油	酒 醤油 みりん	19.5g	24g
5 水	じゃこいため		しらす干し	チンゲンサイ	キャベツ		ごま油	醤油 こしょう	1.3g	1.7g
	さわにわん	豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ ごぼう えのきだけ			醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布		
	ごはん	地球				*			653kcal	850kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						25.5g	32g
6 木	いかとカシューナッツのあまからえ	いか			にんにく	じゃがいも 砂糖		カシューナッツ油	21.4g	25.8g
	しおこんぶあえ		塩昆布					醤油	1.6g	2.4g
	とんじる	豚肉 大豆粉 みそ		にんじん 葉ねぎ	大根 玉ねぎ ごぼう こんにゃく	じゃがいも		かつお節 だし昆布 酒		
	ヨーグルト（小・中）		ヨーグルト							
7 金	ロールパン	パン	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳						619kcal	852kcal
	ポークピーンズ	豚肉 大豆 大豆粉		にんじん トマト水煮 さやいんげん	玉ねぎ エリンギ にんにく	じゃがいも 砂糖	オリーブ油	赤ワイン 塩 ポークブイヨン ナツメグ ケチャップ ソース ローレル こしょう	28.9g	40.1g
	ゆでとうもろこし				とうもろこし			塩	24.2g	34.7g
8 木	キャベツのサラダ	大豆粉				キャベツ きゅうり		ドレッシング	1.2g	2.2g
	スライスチーズ（中）		チーズ							
	ごはん	地球				*			625kcal	799kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						29.6g	37.1g
9 金	ちくさやき	卵 まぐろ油づけ 豆腐		葉ねぎ	たけのこ 玉ねぎ	砂糖	油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	21.5g	25.9g
	きゅうりのあえもの				もやし きゅうり		ごま油	醤油 塩	2.1g	2.5g
	こうやどうふのもの	鶏肉 さつまあげ 高野豆腐		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく さやいんげん	砂糖		醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布		
	ごはん					*				
10 月	ぎゅうにゅう		牛乳	入梅献立（にゅうぱいにんだて）					566kcal	726kcal
	いわしのうめおかかに	いわし かつお節			ねり梅 しょうが	砂糖		醤油 酒 みりん 米酢	25.7g	31.3g
	ごまあえ			チンゲンサイ	大根	砂糖	ごま	醤油	16.9g	19.5g
	はりはりじる	豆腐 豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	2.2g
11 火	りんごチップロールパン	パン	脱脂粉乳		りんごチップ	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	610kcal	781kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						27.3g	34.4g
	チキンヒアスパラガスのグラタン	鶏肉 大豆粉	牛乳 チーズ	アスパラガス	玉ねぎ エリンギ	小麦粉	油 バター	米酢 塩 こしょう コンソメ	24.4g	29.9g
	チンゲンサイとコーンのサラダ			チンゲンサイ	コーン	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	1.9g	2.6g
12 水	やさいスープ	ベーコン		にんじん	玉ねぎ キャベツ ゼロリ		油	白ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう		
	わかめごはん		(わかめ)			*	(砂糖)	(塩)	612kcal	803kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						30.6g	31.3g
	あじフライ	あじ 大豆粉			しょうが	小麦粉 パン粉	油	酒 塩 塩こうじ こしょう 醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	18.6g	22.9g
13 木	にびたし	油揚げ		小松菜	えのきだけ	砂糖		かつお節 だし昆布	1.8g	2.5g
	じゃがいものみそしる	みそ 大豆粉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ	じゃがいも				
	むぎごはん					*	大麦		587kcal	753kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						27.1g	34.1g
14 金	ビビンバ（にく）	豚肉 みそ			にんにく しょうが	砂糖 片栗粉	ごま油	豆板醤 醤油 酒 コチュジャン	20.4g	24.6g
	ビビンバ（やさい）			にんじん チンゲンサイ	もやし にんにく		ごま油	醤油	1.6g	2.2g
	わかめスープ	豆腐	わかめ	葉ねぎ	えのきだけ 玉ねぎ だけのこ しょうが		ごま油	醤油 塩 こしょう 酒 チキンスープ		
	うどん	地球				小麦粉		塩	582kcal	747kcal
15 木	ぎゅうにゅう		牛乳						27.2g	34.2g
	ししゃものたつたあげ	大豆粉	ししゃも			片栗粉	油	みりん 醤油	22.2g	26.8g
	いそかあえ		のり	チンゲンサイ	もやし	砂糖		醤油	2.1g	2.7g
	カレーうどんのしる	鶏肉 油揚げ 大豆粉		小松菜 にんじん	玉ねぎ 根深ねぎ しおが にんにく	片栗粉		醤油 みりん カレー粉 酒 塩 かつお節 だし昆布		
16 金	さくらんぼ				さくらんぼ					
	「野菜を食べて健康になろう」									
	小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立には「野菜いっぱいマーク」がついています。									
	野菜を食べて健康になろう									



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日/ 曜日	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熱や力のもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
17日～21日 「ふるさと給食週間」 静岡県の特産物を多く取り入れた献立です！										
17 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦				660kcal 28.9g 18.7g
	ポークカレー		豚肉 大豆粉	にんじん トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも レンズ豆 米粉	油	ポークブイヨン 赤ワイン トマトケチャップ ソース オールスパイス ナツメグ ローレル クミン カレー粉 塩 こしょう	35.8g 22.5g	854kcal 35.8g 1.6g
	コールスロー		大豆 きな粉	茶	キャベツ きゅうり コーン	砂糖	油	米酢 りんご酢 塩 こしょう	1.3g	1.6g
18 火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米				636kcal 25.8g 21.6g
	くろはんべんのいそべあげ	(いわし たら)	青のり			小麦粉 (片栗粉 さとう)	油	(みりん 塩 かつお節 だし昆布 しいたけ)	35.3g	878kcal 29.4g
	だいこんのゆかりあえ あつあげのうまに	豚肉 厚揚げ		小松菜 ゆかり粉 にんじん チンゲンサイ	大根 玉ねぎ しょうが こんにゃく			醤油	1.6g	2.5g
19 水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳		どまんなか給食の日	米				572kcal 26.5g 18.3g
	ぶたどんのぐ こまつなとしいたけのピリからあえ		豚肉	小松菜	玉ねぎ しょうが にんにく しいたけ	砂糖 片栗粉	油	酒 醤油 みりん うるめ煮干し だし昆布	33g 21.6g	736kcal 21.6g 2.1g
	どまんなかじる	豆腐 大豆 みそ 大豆粉	にんじん チンゲンサイ	©袋井市	大根	砂糖	ごま油	醤油 ラー油		
20 木	りょくちやロールパン ぎゅうにゅう		脱脂粉乳	茶		小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		658kcal 31.6g 25g
	しいらのガーリックやき		パセリ粉				油	塩 こしょう 白ワイン ガーリックパウダー	40.5g	841kcal 30.8g
	コーンボテト	大豆粉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	コーン	じゃがいも	ドレッシング	塩 こしょう	2g	2.4g
	チンゲンサイのクリームスープ	ハム 大豆粉	脱脂粉乳	玉ねぎ ぬしめじ メロン		小麦粉 マカロニ	バター 油 生クリーム	ワイン コンソメ 塩 こしょう		
	クラウンメロン			©袋井市						
21 金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米				585kcal 19.2g
	さくらえびとしらすのかきあげ		さくらえび しらす干し	にんじん	ごぼう 玉ねぎ	小麦粉 片栗粉	油	酒 塩	23.3g	753kcal 20.2g
	てんつゆ							天つゆ	2.1g	24.2g
	チンゲンサイのおかかに	かつお節		チンゲンサイ	もやし			醤油 酒 みりん かつお節 だし昆布		
	けんちんじる	豆腐 油揚げ		小松菜	大根 こんにゃく 根深ねぎ		ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布		
24 月	とうもろこしごはん ぎゅうにゅう		牛乳		コーン	米		酒 塩		656kcal 30.1g
	かつおのなんばんづけ	かつお			しょうが	片栗粉 砂糖	油	醤油 みりん 米酢 一味唐辛子 糸唐辛子	37g	830kcal 21.6g
	こまつなとあえもの			小松菜	キャベツ	砂糖	ごま油	醤油	2.1g	2.5g
	とりごぼうじる	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	ごぼう こんにゃく 大根			酒 醤油 塩 かつお節 だし昆布		
	りんごヨーグルト		りんごヨーグルト							
25 火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳		友好都市 山梨県北杜市の献立	米				591kcal 27g
	とりにくのりんごたれやき	鶏肉 大豆粉			りんご しょうが にんにく	砂糖 片栗粉		トマトケチャップ 醤油 赤ワイン 塩 こしょう	31.8g	737kcal 19.7g
	だいこんのもの	さつまあげ		さやいんげん	大根 こんにゃく	砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	21.7g	2.1g
	ぐたくさんじる	豆腐		小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ			醤油 酒 塩 みりん かつお節 だし昆布		
	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦				677kcal 24.1g
26 水	さばのてりやき	さば				片栗粉	油	酒 醤油 みりん	33.2g	874kcal 18.2g
	キャベツいため	ハム		小松菜	キャベツ にんにく		ごま油	醤油 塩 こしょう	2.2g	2.2g
	だいこんのみそしる	油揚げ みそ 大豆粉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ 大根 えのきだけ			かつお節 だし昆布		
	すいか				すいか					
	ロールパン ぎゅうにゅう		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		606kcal 26g
27 木	スパニッシュオムレツ	卵 豆腐 ベーコン 牛乳 チーズ			玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	バター	塩 こしょう	32.3g	776kcal 25.7g
	カレードレッシングサラダ		脱脂粉乳 牛乳	にんじん バセリ粉	キャベツ きゅうり	砂糖	油	米酢 塩 こしょう カレー粉	32.1g	2.7g
	キャロットボタージュ	大豆粉		玉ねぎ	小麥粉	油 ハター 生クリーム		コソソメ ローレル 塩 白ワイン こしょう		
	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米				
28 金	ビーマンのにくづめフライ	(豚肉 鶏肉)		(ビーマン)	(玉ねぎ)	砂糖 (パン粉 コーンスター)	油	(醤油 塩 こしょう) トマトケチャップ ソース	18g	583kcal 21.9g
	じゃがいものとさに	かつお節				じゃがいも 砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	16.2g	18.9g
	すまじる	豆腐	わかめ	小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.7g

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。
材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ()で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。(TEL: 23-3049)



※袋井産の食材は、太字にしています。

7月分 学校給食予定献立表

献立目標：暑さに負けない食事を知ろう

袋井市立浅羽学校給食センター R6.7

日/ 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
月	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	あじのスタミナあげ	あじ みそ 大豆粉		青じそ	にんにく しょうが					
	キャベツのしおこんぶあえ		塩こんぶ	小松菜	キャベツ					
	とうふのすましる	豆腐		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ えのきたけ					
火	ふりかけ（中）	(いわし節 さば節 かつお節)	(青のり)	(かぼちゃ)		(砂糖 じゃがいも)	(ごま)	(塩 醤油 みりん)		
	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	なつやさいカレー	豚肉 大豆粉		かぼちゃ にんじん トマト水煮	なす 玉ねぎ 枝豆 にんにく しょうが	レンズ豆 米粉 はちみつ	油	ホークブイヨン コンソメ トマトケチャップ ソース ワイン ローレル クミン オールスパイス ナツメグ カレー粉 塩 こしょう	28.5g	35.7g
	だいすとにぼしのあめがらめ	大豆 	煮干し 青のり			片栗粉 砂糖	幼(片栗粉 油)	醤油 みりん	1.8g	21.9g
水	かいそうサラダ		海藻ミックス	チンゲンサイ	キャベツ コーン	砂糖	ごま油	米酢 醤油 黒酢	1.7g	2.2g
	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	マーボーどうふ	豆腐 豚肉 みそ		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	ごま油	ホークブイヨン 醤油 オイスターソース 酒 テンメンジャン トウバンジャン スープストック	23g	28.6g
	ごぼうのからあげ				ごぼう	米粉	油	塩 こしょう ガーリックパウダー	20.4g	24.8g
木	ちゅうかあえ				キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	米酢 醤油 塩	1.1g	1.5g
	せわりロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	ツナサンドのぐ	まぐろ水煮 大豆粉			玉ねぎ コーン		ドレッシング	こしょう	25.3g	35.3g
	じゃがバター					じゃがいも	バター	塩	20.5g	30g
金	ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ セロリ にんにく	砂糖	オリーブ油	ワイン 塩 コンソメ ローレル こしょう	2g	3.1g
	チーズ（中）		チーズ							
	ごはん				七夕の献立		米			
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	なすととりのあまいため	鶏肉		パブリカ（赤）	なす	片栗粉 砂糖	油 ごま油	酒 醤油 米酢 かつお節 だし昆布	666kcal	843kcal
木	きゅうりのすのもの		わかめ 糸寒天		きゅうり	砂糖		米酢 醤油	22.6g	28g
	たなばたじる	豆腐 魚ぞうめん (たら)		にんじん オクラ	玉ねぎ えのきたけ	麩 (砂糖 水あめ)		醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布 (塩)	21.3g	25.5g
	たなばたゼリー	(豆乳)	(寒天)		(レモン果汁 メロン果汁)	(砂糖 水あめ)	©袋井市		1.6g	2g
	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう		牛乳							
月	チンジャオロース	豚肉		ビーマン パブリカ（赤）	もやし たけのこ パブリカ（黄） しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	ごま油 油	醤油 酒 みりん オイスターソース こしょう	24.6g	32.1g
	パンサンスー		糸寒天		きゅうり コーン	砂糖	ごま油	米酢 醤油 こしょう	17.4g	20.7g
	わかめスープ	豆腐 なると	わかめ	小松菜 にんじん	玉ねぎ		ごま油	ホークブイヨン 醤油 酒 スープストック 塩 こしょう	1.5g	2.1g
	げんまいロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 玄米	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳		パリオリンピック★フランスの料理					
火	さけのムニエル	鮭 大豆粉		パセリ粉		小麦粉	バター 油	ワイン 塩こうじ 塩 こしょう	30g	39.1g
	ラタトウイユ	大豆粉		トマト ビーマン	なす スッキーニ パブリカ(黄) にんにく	砂糖	オリーブ油	塩 こしょう ローレル	21.1g	26g
	パンブキンポタージュ		牛乳 脱脂粉乳	かぼちゃペースト	玉ねぎ	米粉	オリーブ油 バター 生クリーム	ワイン コンソメ 塩 こしょう	1.7g	2.4g

「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日/ 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エコルザ たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エコルザ たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
10 水	ごはん					*				
	ぎゅうにゅう	牛乳							604kcal	791kcal
	ふたにくのこくとうやき	豚肉				黒砂糖 片栗粉		醤油 酒 塩こうじ	26.4g	33.7g
	ゴーヤチャンプルー	豆腐 ベーコン かつお節		にがうり 小松菜 にんじん	もやし しょうが 玉ねぎ 大根 だけのこ	砂糖	ごま油	醤油 酒 こしょう	22.3g	27.8g
11 木	もずくじる	もずく						醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.6g	1.9g
	ごはん					*				
	ぎゅうにゅう	牛乳							671kcal	877kcal
	さばのこうみやき	さば		葉ねぎ	しょうが レモン果汁	砂糖		醤油 みりん	28.9g	36.6g
12 金	こまつなときゅうりのあえもの									
	なつやさいとあつあげのもの	厚揚げ 鶏肉		小松菜 にんじん さやいんげん	きゅうり とうがん 玉ねぎ 干しいたけ		ごま油	醤油 塩	27.6g	35g
	ひやしちゅうかめん					小麦粉		塩		
	ぎゅうにゅう	牛乳				(油)	(醤油 塩)		624kcal	810kcal
16 火	ひやしちゅうかのぐ（にく・たまご）	ハム (卵)								
	ひやしちゅうかのぐ（やさい）			にんじん	もやし きゅうり		ごま油	醤油	26.7g	34g
	ひやしちゅうかのタレ				(レモン果汁 りんご果汁) レモン果汁	(砂糖 はちみつ) 砂糖	(油) ごま油	(醤油 酢) 醤油 米酢	21.9g	26.4g
	しろみさかなどいすのからあげ	ホキでん粉つき 大豆			枝豆	じゃがいも 片栗粉	油	塩 こしょう コンソメ ガーリックパウダー	2.3g	3.3g
17 水	むぎごはん					*				
	ぎゅうにゅう	牛乳				大麦			609kcal	766kcal
	いわしのしょうがに	いわし 大豆粉			しょうが	砂糖		酒 醤油 みりん 米酢	28.2g	34g
	おくらのおかかあえ	かつお節		オクラ	もやし	砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	15.8g	18g
18 木	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん	ごぼう こんにゃく 大根	じゃがいも		酒 かつお節 だし昆布	1.7g	2.1g
	ヨーグルト（小中）	ヨーグルト								
	ごはん					*				
	ぎゅうにゅう	牛乳							570kcal	728kcal
17 水	ささみのレモンだれ	鶏ささみ 大豆粉			レモン果汁	片栗粉 砂糖	油	醤油 酒	26.8g	33.6g
	チンゲンサイときゅうりのピリからえ			チンゲンサイ	きゅうり	砂糖	ごま油	醤油 ラー油	16.2g	18.9g
	ふくろいのおいしさいっぱいじる	豆腐		小松菜 にんじん	玉ねぎ 大根			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.7g
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
18 木	ぎゅうにゅう	牛乳							647kcal	826kcal
	あつあげのチーズやき	厚揚げ 大豆粉	チーズ	パセリ粉		砂糖		醤油 コンソメ カレー粉	30.6g	38.8g
	なつやさいのサラダ			チンゲンサイ	きゅうり コーン 枝豆	砂糖	ごま油	醤油 米酢	29.3g	36.5g
	ポトフ	ウインナー		にんじん	玉ねぎ キャベツ エリンギ セロリ	じゃがいも	油	ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう	2.2g	3g

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。

袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「さば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「野菜を食べて健康になろう」
小学4年生が1日に摂取すべきとされている
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している
日の献立には「野菜いっぱいマーク」が
ついています。



クックパッド

袋井市公式キッチン



袋井市 クックパッド



学校給食の
メニューも掲載

夏休み中、給食の料理が食べなくなったら、探して作ってみてください！

8.9 月分 学校給食予定献立表

献立目標： スタミナのつく食事を知ろう

袋井市立浅羽学校給食センター R6.8.9

日/ 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 糖質 脂質	中学校 エネルギー たんぱく質 糖質 脂質
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
30 金	ごはん				防災給食		米			
	ぎゅうにゅう		牛乳		©袋井市					
	ツナカレー		まぐろ油漬け まぐろ水煮		にんじん かぼちゃ トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょが 枝豆	レンズ豆 米粉 はちみつ	油	白ワイン トマトケチャップ ソース オールスパイス ナツメグ ローレル クミン コンソメ カレー粉 塩 こしょう	654kcal 24.3g 14.6g
	じゃがいものホットサラダ	ペーパーコーン			ズッキーニ	じゃがいも 砂糖	ドレッシング	塩 コンソメ こしょう		1.6g
2 月	フルーツゼリー・ミックス				アロエシロップづけ ぶどうゼリー 黄桃シロップづけ	はちみつ レモンゼリー はちみつ		白ワイン		2g
	むぎごはん						米 大麦			
	ぎゅうにゅう		牛乳						アツメツグヤブ 醤油 酒	576kcal 26.2g
	スタミナやきにく	豚肉 みそ	赤パプリカ にら	もやし しょが にんにく	片栗粉	油		スパイス ハムソース 醤油	32.7g 17.6g	
3 火	たくあんあえ			チンゲンサイ	キャベツ たくあん				醤油 みりん 酒 塩	21g
	とうふのすまじる	豆腐		小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ			かつお節 だし昆布		1.8g
	ごはん						米			
	ぎゅうにゅう		牛乳							611kcal 23.4g
4 水	ししゃものいそべやき		ししゃも 青のり			片栗粉	油	酒		28.9g
	きゅうりのひたひた	かつお節		きゅうり	砂糖	ごま油		醤油		18.5g
	にくじゅが	豚肉	にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく しょうが	じゅがいも 砂糖			醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布		1.5g
	ごはん						米			
5 木	ぎゅうにゅう		牛乳							
	とりにくのあますだれ	鶏肉 大豆粉		にんにく	じゃがいも 砂糖 片栗粉	油	醤油 酒 米酢 みりん		649kcal 21.1g	
	ひじきのいために	ちくわ	ひじき	さやいんげん	こんにゃく	砂糖	ごま油	醤油 みりん かつお節 だし昆布	25.9g 22.1g	
	とうがんのすまじる	かまぼこ		冬瓜 玉ねぎ				醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	2.1g	
6 金	げんまいロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 玄米	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳						572kcal 28.1g	
	ツナチーズオムレツ	卵 豆腐 まぐろ水煮	チーズ 牛乳	パセリ	玉ねぎ			チキンスープ 塩 こしょう	35.5g	
	カレードレッシングサラダ			チンゲンサイ	キャベツ きゅうり	砂糖	油	米酢 塩 カレー粉 こしょう	21.4g	
7 木	ミネストローネ		ペーパーコーン 大豆	にんじん トマト水煮	玉ねぎ エリンギ セロリ	にんにく	油	白ワイン 塩 こしょう コンソメ ローレル	2.4g	
	ごはん						米			
	ぎゅうにゅう		牛乳						629kcal 23.6g	
	さばのしおやき	さば 大豆粉						塩こうじ 酒 塩	29.2g	
8 金	いそかあえ		のり	小松菜	キャベツ			醤油 みりん		23.3g
	みそしる	油揚げ みそ 大豆粉		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		かつお節 だし昆布		1.7g
	なし				なし					2.2g
	どんどろけめし		豆腐 油揚げ	にんじん 葉ねぎ	ごぼう しいたけ	米	油	醤油 酒		
9 月	ぎゅうにゅう		牛乳		中国地方の料理				587kcal 27.1g	
	いかのレモンだれ	いか 大豆粉			レモン果汁	片栗粉 砂糖	油	醤油 酒	32.7g	
	もやしのあえもの			小松菜	もやし	砂糖	ごま油	醤油	20.4g	
	のりひで	かまぼこ	のり	チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ 根深ねぎ			醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布	2.5g	
10 火	バーガーパン		脱脂粉乳		浅羽南幼稚園希望献立		小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	
	ぎゅうにゅう		牛乳		(玉ねぎ)	(砂糖 じゃがい も)	(ラード 油)	トマトケチャップ ソース 赤ワイン 砂糖 (塩)	684kcal 28g	
	チーズハンバーグ	(鶏肉 豚肉)	チーズ	©袋井市	きゅうり コーン	じゃがいも 砂糖	ドレッシング	塩 こしょう	37.6g	
	ポテトサラダ	大豆粉			玉ねぎ キャベツ かぶ セロリ			醤油 白ワイン 塩 コンソメ こしょう	2.4g	
11 水	ポトフ	ワイン		にんじん						3g
	ごはん						米			
	ぎゅうにゅう		牛乳						644kcal 29g	
	いわしのしょうがに	いわし 大豆粉			しょうが	中双糖 砂糖		酒 醤油 みりん 米酢	34.9g	
12 木	アーモンドあえ			小松菜	キャベツ			醤油		23.1g
	はりはりじる	豆腐 豚肉		にんじん みずな	玉ねぎ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.5g	
	ヨーグルト		ヨーグルト							2g
	ごはん						米			
13 金	ぎゅうにゅう		牛乳						668kcal 24.8g	
	いわしのしょうがに	いわし 大豆粉			しょうが	中双糖 砂糖		酒 醤油 みりん 米酢	31g	
	アーモンドあえ			小松菜	キャベツ			醤油		30g
	すまじる	豆腐		にんじん	玉ねぎ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.5g	

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立には「野菜いっぱいマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いち・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
金	ちゅうかめん					小麦粉		塩	615kcal 30.4g 18.6g 2.1g	788kcal 38.4g 22.6g 2.8g
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	にくだんこのもちごめむし	鶏肉 乾燥大豆 大豆粉			玉ねぎ しいたけ しょうが	もち米 砂糖 片栗粉	ごま油	酒 醤油 塩 オイスター・ソース		
	リヤンバンサンスー			チンゲンサイ	コーン	春雨 砂糖	ごま油	米酢 黒酢 醤油 こしょう		
	みそラーメンスープ	豚肉 みそ 大豆粉	わかめ	にんじん 小松菜	キャベツ もやし しょうが にんにく きくらげ		ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒 塩 こしょう		
火	ごはん			十五夜の献立		◎袋井市本郷			661kcal 25.3g 17.1g 1.5g	802kcal 30.5g 20.1g 1.9g
	ぎゅうにゅう	牛乳				砂糖 片栗粉		醤油 酒 みりん		
	にしんのみりんやき	にしん		さやいんげん	大根	さといも 砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布		
	さといものそぼろに	鶏肉		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ	片栗粉		醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布		
	むらくもじる	卵	わかめ					(こしあん 米粉 砂糖 水あめ)		
	おつきみだんご（小・中）		(寒天)		(レモン果汁 みかん果汁)	(砂糖 水あめ)		(塩)		
水	むぎごはん					米 大麦			610kcal 21.5g 19.8g 1.1g	762kcal 26.4g 24.2g 1.5g
	ぎゅうにゅう	牛乳				油 ごま油		みりん 酒 コチジャン 塩 だし煮干し		
	テンジャンチゲ	豚肉 豆腐 みそ		にんじん にら	白菜 白菜キムチ ふなしめじ にんにく		ごま油	醤油		
	ナムル		青のり	小松菜	もやし にんにく	米粉	油	塩 こしょう ガーリックパウダー		
木	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	663kcal 31.3g 30g 1.9g	855kcal 40.1g 37.6g 2.6g
	ぎゅうにゅう	牛乳				砂糖		醤油 コンソメ カレー粉		
	あつあげのチーズやき	厚揚げ 大豆粉	チーズ	パセリ		ドレッシング		米酢 醤油 こしょう		
	ごぼうサラダ	大豆粉		にんじん	ごぼう きゅうり	玉ねぎ コーン	油	白ワイン コンソメ 塩 こしょう		
金	とうにゅうコーンチャウダー	ベーコン 豆乳 大豆粉		小松菜		米粉			681kcal 24.3g 27g 1.6g	853kcal 29.6g 32.6g 1.9g
	ごはん			どまんなか給食の日		米				
	ぎゅうにゅう	牛乳				小麦粉 パン粉	油	ソース 塩こうじ 酒 塩 こしょう		
	とんかつ	豚肉 大豆粉		小松菜 ゆかり粉	キャベツ			醤油		
火	キャベツのゆかりあえ			チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ とうがん しいたけ			だし煮干し だし昆布	650kcal 22.6g 20.9g 1.8g	796kcal 26.9g 24g 2.4g
	わなかごはん		(わかめ)		浅羽北幼稚園希望献立	米		(塩)		
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	メンチかつ	(豚肉)				(玉ねぎ)	油	(塩 こしょう ナツメグ)		
水	コーンボテト				コーン	じゃがいも	ドレッシング	塩 こしょう	22.6g 1.8g	26.9g 2.4g
	かきたまじる	卵 豆腐		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ	片栗粉		醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布		
	ごはん									
	ぎゅうにゅう	牛乳								
木	たまごやき	卵 豆腐				砂糖		醤油 塩 和風だし かつお節 だし昆布	583kcal 16.2g 1.6g	732kcal 29.2g 19.1g 2.1g
	おくらともやしのおかかあえ	かつお節		おくら	もやし	砂糖		醤油 みりん		
	ぐだくさんみそしる	鶏肉 油揚げ みそ 大豆粉		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ	さつまいも		かつお節 だし昆布		
	こくとうロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 黒糖 砂糖	ショートニング	塩		
火	ぎゅうにゅう	牛乳			チンゲンサイ				642kcal 30.4g 23.1g 1.7g	820kcal 37.5g 28.4g 2.2g
	とびうおのフリッター	とびうお				砂糖	油	塩 ベーキングパウダー		
	チンゲンサイとコーンのサラダ					油		米酢 塩 こしょう		
	ポークピーンズ	豚肉 大豆 大豆粉				コンソメ 赤ワイン トマトケチャップ ソース こしょう ローレル ナツメグ				
水	ごはん				にんじん トマト水煮 さやいんげん	小麦粉	ショートニング	塩	615kcal 22.6g 19.8g 1.5g	769kcal 26.7g 21.2g 1.9g
	ぎゅうにゅう	牛乳				砂糖 片栗粉	油	醤油 みりん 酒		
	あつあげのそぼろかけ	厚揚げ 豚肉				油		醤油		
	こまあえ					ごま		醤油		
木	かぼちゃのみそしる	みそ 大豆粉			玉ねぎ エリンギ にんにく	玉ねぎ エリンギ	オリーブ油	かつお節 だし昆布		
	むぎごはん		牛乳			砂糖				
	ぎゅうにゅう					片栗粉 砂糖				
	なすたっぷりマーボーどうふ	豚肉 豆腐 みそ 乾燥大豆				油		ホークブイヨン 醤油 デンメンジャン オイスター・ソース 酒 トウバジン		
月	にほしとだいすのあまからあげ	大豆	煮干し			片栗粉 砂糖	油	醤油 みりん	675kcal 19.7g 1.2g	852kcal 34.2g 23.7g 2g
	フルーツあんにん		(牛乳 練乳)			黄桃シロップ漬け パインシロップ漬け アロエシロップ漬け	(砂糖 水あめ) はちみつ	(杏仁パウダー) 白ワイン		

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。

袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ベカンナツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



10月分 学校給食予定献立表

献立目標：秋を味わおう

袋井市立浅羽学校給食センター R6.10

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 糖質 脂質	中学校 エネルギー たんぱく質 糖質 脂質	
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など				
火	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			595kcal	746kcal	
	れんこんりとりつくね	鶏肉 おから 豆乳 高野豆腐 大豆粉			玉ねぎ れんこん しょうが	砂糖 片栗粉	油	塩 酒 醤油 みりん こしょう	27.8g	34.6g	
	たいこんのごまあえ			小松菜	大根	砂糖	ごま	醤油	17.5g	20.9g	
	ぐだくさんみそしる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉		チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ			かつお節 だし昆布	1.4g	1.9g	
水	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			647kcal	805kcal	
	いかフライ	いか 大豆粉				パン粉 小麦粉	油	こしょう ソース	29g	35g	
	いそかあえ		のり	小松菜	もやし			醤油 みりん	20.2g	24.4g	
	さわにわん	豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ ごぼう えのきだけ			醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.8g	
木	ロールパン きゅうにゅう		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		635kcal	877kcal
	ミートローフ	豚肉 大豆ミート 高野豆腐 鶏卵 うすら卵 大豆粉		にんじん さやいんげん	玉ねぎ コーン しょうが			塩 ナツメグ ワイン こしょう トマトケチャップ ソース マスタード	29.2g	40.7g	
	あきのサラダ	大豆粉			きゅうり れんこん	さつまいも	ドレッシング	米酢 醤油 こしょう	1.9g	3.5g	
	チンゲンサイのスープ	ベーコン		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ キャベツ エリンギ		油	コンソメ ワイン 醤油 塩 こしょう			
金	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			618kcal	778kcal	
	ししゃものからあげ		ししゃも			片栗粉	油	みりん	21.7g	26.5g	
	あきなすのそぼろに	豚肉 大豆ミート		葉ねぎ	なす しょうが	砂糖 片栗粉	油	醤油	20.6g	24.9g	
	とうがんいりみそしる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉		小松菜 にんじん	玉ねぎ 冬瓜			かつお節 だし昆布	1.7g	2.1g	
月	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			627kcal	797kcal	
	さけのみりんやき	鮭				片栗粉	油	醤油 酒 みりん	30.8g	40g	
	しらたきのいためもの	ベーコン		チンゲンサイ	こんにゃく コーン	砂糖 片栗粉	ごま油	酒 オイスター ソース 醤油	17.9g	21.9g	
	いりどうふ	豆腐 鶏肉 かまぼこ		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ だけのこ 手しそいだけ	砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	1.8g	2.3g	
火	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			623kcal	790kcal	
	あつあげのにくみそかけ	厚揚げ 豚肉 みそ 大豆粉		葉ねぎ	しょうが	砂糖	油	酒	22.5g	28g	
	はるさめのいためもの	まぐろ油漬け		小松菜	キャベツ にんにく	春雨 砂糖	油 ごま油	醤油 酒 こしょう オイスター ソース	18.3g	22.5g	
	こんさいじる			にんじん	大根 ごぼう れんこん 根深ねぎ	さつまいも	ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.5g	1.9g	
水	ごはん きゅうにゅう		牛乳			米			612kcal	769kcal	
	しろみさかなどじゃがいものあまからあえ	(ホキ)			にんにく (片栗粉) じゃがいも	砂糖	油	醤油 米酢 みりん	20g	24.4g	
	れんこんのきんびら			さやいんげん	れんこん こんにゃく	砂糖	ごま油	醤油 みりん	19g	22.8g	
	すまじる	豆腐	わかめ	にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.9g	
木	むぎごはん きゅうにゅう		牛乳		★袋井スポーツ飯★	米 大麦			667kcal	824kcal	
	カラフルぶたどんのぐ	豚肉			赤ハリカ ©袋井市	玉ねぎ まいだけ しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	油 醤油 みりん 酒	28.1g	34.1g	
	こんぶあえ				チングンサイ	きゅうり	ごま油	醤油	18.9g	22.6g	
	みそしる	豆腐 みそ 大豆粉		にんじん 小松菜		さつまいも		かつお節 だし昆布	1.5g	2g	
金	うどん きゅうにゅう					小麦粉		塩	568kcal	778kcal	
	ちくわのいそべあげ	ちくわ	青のり			米粉 片栗粉	油		25.1g	33.9g	
	アーモンドあえ			チンゲンサイ	キャベツ	砂糖	アーモンド	醤油	21.4g	29g	
	きのこうどんのしる	豚肉 油揚げ		にんじん 小松菜	玉ねぎ しいたけ えのきだけ ぶなしめじ	片栗粉		醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	2.7g	
月	ごはん きゅうにゅう		牛乳			★十三夜の献立★	米		616kcal	865kcal	
	さんまのたつあげ	さんま 大豆粉			しょうが	片栗粉	油	醤油 酒	27.6g	28.2g	
	ごもくまめ	大豆		さやいんげん	こんにゃく ごぼう 手しそいだけ	砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	20.4g	29.8g	
	けんちんじる	豆腐		小松菜 にんじん	根深ねぎ	里芋	ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	1.6g	
火	りんご				りんご						
	くりごはん きゅうにゅう		牛乳			米 もち米	粟 砂糖	酒 みりん 塩	599kcal	753kcal	
	心たにくのりょうがゆき	豚肉			玉ねぎ しょうが	片栗粉		醤油 酒 みりん 塩こうじ	25.2g	31.3g	
	キャベツのドレッシングあえ			にんじん	キャベツ	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	16.7g	19.7g	
水	さつまいもじる	油揚げ		チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ	さつまいも	ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	2.1g	

「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」についています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日 曜 日	献立名	主に体を作るもど(赤)		主に体の調子を整えるもど(緑)		主にエネルギーのもど(黄)		調味料	小学校 エスルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エスルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
木	りんごチップパン		脱脂粉乳		りんご	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	676kcal	875kcal
	きゅうにゅう		牛乳	★浅羽西幼稚園 希望献立★	にんにく	片栗粉 砂糖	油	みりん 醤油 米酢	26.6g	33.5g
	たいすとりにくのあまから	鶏肉 大豆	©袋井市		にんじん	きゅうり	じゃがいも 砂糖	ドレッシング	26.2g	32.9g
	ホテサラダ	大豆粉			玉ねぎ コーン		バター 生クリーム	塩 こしょう コソメ ワイン 塩 こしょう	1.7g	2.4g
金	コーンスープ	大豆粉	牛乳 スキムミルク							
	ごはん					米			670kcal	818kcal
	きゅうにゅう		牛乳						25.7g	30.2g
	さばのこうみやき	さば		葉ねぎ	しょうが レモン果汁	砂糖	油	醤油 みりん	26.9g	30.5g
月	じゃがいものあおのりあえ		青のり			じゃがいも		塩 こしょう		
	ゆばのすましる	ゆば 豆腐		小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.4g	1.8g
	むぎごはん					米 大麦				
	きゅうにゅう		牛乳						641kcal	806kcal
火	マーボーどうふ	豆腐 豚肉 みそ		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	片栗粉 砂糖	ごま油	ホーグブイヨン 醤油 酒 オイスターーソース テンメンジャン トバンジャン	26.8g	33.5g
	あきあじしゅうまい	鶏肉 大豆ミート			玉ねぎ れんこん しいだけ しょうが	片栗粉 砂糖 (小麦粉)	ごま油 (コーンスターク)	塩 醤油 酒 (塩)	19.4g	23.6g
	パンサンダー			小松菜	コーン	春雨 砂糖	ごま油	米酢 醤油 こしょう	1.4g	2g
	ごはん					米			616kcal	772kcal
水	きゅうにゅう		牛乳	★どまんなか給食の日★						
	ふくろいポークリーマン	卵 豚肉 豆腐			玉ねぎ えのきだけ	砂糖	油	醤油 和風だし 塩	27.6g	34.2g
	チングンサイといいたけのビリからあえ			チングンサイ	しいだけ	砂糖	ごま油	醤油 ラー油	20.4g	24.8g
	あつあげのにもの	厚揚げ 鶏肉 さつまあげ		にんじん 小松菜	玉ねぎ 大根	砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	1.7g	2.4g
木	ごはん					★姉妹都市 長野県塩尻市の献立★	米		679kcal	836kcal
	きゅうにゅう		牛乳						24.7g	28.6g
	さんぞくやき	鶏肉 大豆粉			葉ねぎ	しょうが にんにく	片栗粉	油 醤油 酒 塩	25.8g	30.5g
	キャベツといかんてんのあえもの		糸寒天	小松菜	キャベツ	砂糖	ごま油	米酢 醤油	1.5g	1.8g
火	なめこじる	豆腐 みそ		にんじん	大根 玉ねぎ なめこ 根深ねぎ	じやがいも		かつお節 だし昆布		
	こくとうしょくパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 黒糖	ショートニング	塩	607kcal	802kcal
	きゅうにゅう		牛乳						28.9g	36.5g
	エッググラタン	鶏卵 鶏肉 大豆粉	牛乳 チーズ		玉ねぎ ぶなしめじ パセリ	小麦粉	油 バター	コンソメ 塩 こしょう	23.7g	29.3g
木	ほうれんそういりごまサラダ			ほうれんそう	キャベツ コーン		ごまドレッシング	醤油 塩	1.8g	2.9g
	ジュリエンヌスープ	ベーコン		にんじん	玉ねぎ 白菜 エリンギ セロリ		油	コンソメ ワイン 塩 醤油 こしょう		
	ごはん					米			656kcal	806kcal
	きゅうにゅう		牛乳							
金	あぶらふのたまごとじ	卵		葉ねぎ	玉ねぎ 手しづいたけ	仙台麸 砂糖		醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布	26g	31.3g
	おかかあえ	かつお節		チングンサイ	大根		ごま油	醤油 みりん	20g	23.8g
	おくすがけ	鶏肉 豆腐 油揚げ		小松菜 にんじん	こんにゃく	里芋 片栗粉		醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.6g	1.9g
	ヨーグルト		ヨーグルト							
水	むぎごはん					米 大麦				
	きゅうにゅう		牛乳						663kcal	836kcal
	あきのみかくカレー	豚肉 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ エリンギ ぶなしめじ じょうが にんにく	さつまいも レンズ豆 米粉	油	トマトケチャップ ソース ワイン コンソメ ローレル クミン カレー粉 塩 こしょう	23.9g	29.5g
	チングンサイとツナのソテー	まぐろ油漬け		チングンサイ	コーン にんにく		油	コンソメ 塩 こしょう	16.3g	19.7g
木	フルーツゼリーミックス					パインシロップ漬け りんごシロップ漬け	ぶどうゼリー いちみつレンゼリー はちみつ	白ワイン	1.2g	1.6g
	ごはん					米			603kcal	759kcal
	きゅうにゅう		牛乳						26.6g	33.5g
	すきやきに	焼き豆腐 豚肉		にんじん 葉ねぎ	白菜 こんにゃく 根深ねぎ えのきだけ	砂糖		醤油 酒 かつお節	17.6g	20.8g
火	うめおかかあえ	かつお節		小松菜	もやし ねり梅	砂糖		みりん 醤油 塩	1.3g	1.8g
	きなこまめ	大豆 きなこ				砂糖 黒砂糖 (幼:片栗粉)	(幼:油)	塩		
	ごはん					米			635kcal	788kcal
	きゅうにゅう		牛乳							
木	さといものそぼろに	鶏肉		さやいんげん	大根	里芋 砂糖		ドレッシング	32.7g	39g
	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん 葉ねぎ	玉ねぎ ごぼう こんにゃく			醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	20.3g	24.4g
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	1.7g	2g
	きゅうにゅう		牛乳						619kcal	768kcal
木	ガーリックレモンチキン	鶏肉 大豆粉		にんにく レモンかじゅう			オリーブオイル	塩 こしょう ガーリックパウダー	30.6g	36.6g
	チングンサイのサラダ		チングンサイ	コーン		砂糖	油	米酢 塩 こしょう	25.9g	30.4g
	せかいいちおいしいスープ	牛肉 大豆粉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	玉ねぎ キャベツ	大麦 ジャガイモ		白ワイン コンソメ 塩 こしょう	1.9g	2.8g
	はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。									



「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している
日の献立には「野菜いっぱいマーク」が
ついています。



袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ()で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

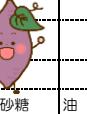
魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。(TEL: 23-3049)

11 月分 学校給食予定献立表

献立目標： 和食のよさを知ろう

袋井市立浅羽学校給食センター R6.11

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主にエネルギーのもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いち・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
金	ごはん					米				686kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳							864kcal
	こうやどうふのうまい	高野豆腐 鶏肉 さつまあげ		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく 干しいたけ	砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	24.2g	30.1g
	いそかあえ	のり	小松菜	キャベツ				醤油 みりん	22.6g	27.5g
	だいがくいも				さつまいも	砂糖	油	醤油 米酢	1.3g	1.8g
火	りんごチップロールパン		脱脂粉乳		りんご	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		571kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳		★浅羽中学校希望献立★ ©袋井市	(玉ねぎ)	砂糖(じゃがいも 砂糖)	(豚脂 油)	トマトケチャップ ソース 赤ワイン	23.6g	29.6g
	ハンバーゲチャップソース	(豚肉 鶏肉 大豆粉)		チンゲンサイ	コーン	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	18.7g	22.6g
	チンゲンサイとコーンのサラダ				玉ねぎ キャベツ セロリ	マカロニ	油	白ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう	1.8g	2.5g
	ABCDスープ	ベーコン		にんじん						
水	むぎごはん					米 大麦				675kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								852kcal
	こんさいとだいすのミックスあげ	大豆 	青のり		ごぼう れんこん	米粉	油	ガーリックパウダー 塩 こしょう	26.3g	32.6g
	ちゅうかあえ			小松菜	大根	砂糖	ごま油	米酢 醤油 塩	24.4g	30.1g
	あつあげのコロコロマーボー	厚揚げ 豚肉 みそ 大豆粉 		にんじん	玉ねぎ だけのこ 根深ねぎ 生姜	砂糖 片栗粉	ごま油 油	ホーカブイヨン 醤油 オイスターソース 甜麴醬 豆板醬 酒	1.1g	1.6g
木	ごはん			★北海道地方の料理★ 		米				642kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								798kcal
	さけのちゃんちゃんやき	さけ みそ 大豆粉		キャベツ 玉ねぎ コーン えのきだけ		砂糖	油	塩 酒 みりん 醤油	29.8g	37.6g
	じゃがバター					じゃがいも	バター	塩	17.2g	20.3g
	そらちじる	豚肉 豆腐		にんじん	ごぼう 大根 こんにゃく		ごま油	塩 酒 みりん 醤油 かつお節 だし昆布	1.3g	1.8g
金	ぎゅうにゅうプリン		(牛乳 加糖練乳)			(砂糖)				
	ソフトめん					小麦粉		塩		658kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								841kcal
	ミートソース	豚肉 大豆ミート 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ セロリ 枝豆 にんにく	レンズ豆 砂糖	油	トマトケチャップ ソース コンソメ 赤ワイン 塩 こしょう	30.1g	37.8g
	あきやさいのチーズやき	ワインナー 大豆粉	チーズ		れんこん まいだけ かぶなしめじ	さつまいも		塩 こしょう	21g	25.4g
月	やさいサラダ			チンゲンサイ	キャベツ コーン	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	1.6g	2.1g
	ごはん					米				588kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								766kcal
	あげぎょうざ	(豚肉)		(にら)	(キャベツ 玉ねぎ 生姜)	(小麦粉 砂糖)	(豚脂 油)	(醤油 塩)	18.4g	23g
	パンサンダー			チンゲンサイ	コーン	砂糖	ごま油	米酢 醤油 こしょう	17.7g	23.8g
火	わかめスープ	豆腐 かまぼこ	わかめ	小松菜 にんじん	玉ねぎ		ごま油	ホーカブイヨン 醤油 酒 塩 こしょう	1.3g	1.9g
	かき				かき					
	ごはん					米				679kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								837kcal
	にしんのみりんやき	にしん 大豆粉 				砂糖	油	みりん 酒 醤油	28.2g	32.7g
水	じゃがいものあおのりあえ	青のり				じゃがいも		塩 こしょう	21g	23.1g
	うちまめいりみそしる	打ち豆 豆腐 みそ 油揚げ 大豆粉		小松菜 にんじん	キャベツ			かつお節 だし昆布	1.4g	1.9g
	ヨーグルト(小中のみ)		ヨーグルト							
	むぎごはん					米 大麦				621kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								780kcal
木	たまごやき	卵 豆腐								28.7g
	やさいとジャコのいためもの		しらすぼし	小松菜	キャベツ		ごま油	醤油 こしょう	20.9g	25.4g
	すきやきに	豚肉 烹き豆腐		にんじん	白菜 こんにゃく 根深ねぎ しいたけ	砂糖		醤油 酒 かつお節 だし昆布	1.9g	2.5g
	しょくパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		617kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳								810kcal
金	フィッシュフライ	ホキ 大豆粉			(パセリ)	パン粉 小麦粉	油	白ワイン 塩 こしょう	28.1g	35.3g
	タルタルソース	(大豆粉)			(玉ねぎ ピクリス レモン果汁 こんにゃく粉)	(砂糖)	(油)	(酢 塩)	23.9g	29.1g
	コールスロー				キャベツ きゅうり	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	1.9g	2.5g
	ミネストローネ	ベーコン 大豆		トマト トマト水煮 にんじん	玉ねぎ セロリ 白菜 にんにく	じゃがいも 砂糖	油	白ワイン コンソメ ローレル 塩 こしょう		
	ごはん					米				
月	ぎゅうにゅう	牛乳								575kcal
	ふたにくのみそいため	豚肉 みそ 大豆粉			生姜 にんにく	はちみつ		酒 みりん	25.8g	32.1g
	うのはなに	おから さつま揚げ 		葉ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ	砂糖	油	醤油 みりん かつお節 だし昆布	15.8g	18.3g
	だいこんのすまじる	豆腐		にんじん 小松菜	大根 根深ねぎ	じゃがいも 砂糖	油	醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布	1.6g	2g

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立には「野菜いっぱいマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

◎袋井市

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
月	むぎごはん					米 大麦			675kcal	848kcal
	さゆうにゅう		牛乳						29.4g	35.4g
	しいらのたつあげ		しいら 大豆粉		生姜 にんにく	片栗粉	油	酒 醤油 みりん	20.1g	24.2g
	はくさいのこんぶあえ		塩こんぶ	小松菜	白菜		こま油	醤油	1.3g	1.7g
	にくじやが		豚肉	にんじん やいんげん	玉ねぎ こんにゃく 生姜	じゃがいも 砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布		
火	ごはん			★どまんなか給食★		米			630kcal	764kcal
	さゆうにゅう		牛乳		根深ねぎ 生姜 にんにく				26.1g	30.3g
	とりにくのねぎしおやき	鶏肉 大豆粉		小松菜	しいたけ		こま油	酒 塩こうじ 塩	21.3g	24g
	こまつなといだけのピリからあえ			チングンサイ にんじん	大根	砂糖	こま油	醤油 ラー油	1.6g	2.2g
水	さくらごはん			★えびすこう★		米		醤油 酒	606kcal	748kcal
	さゆうにゅう		牛乳						29g	34.5g
	あかうおのしおこうじやき	赤魚 大豆粉					油	塩こうじ 酒 塩	17.4g	20.6g
	あきのふきよせ	鶏肉		さやいんげん	ごぼう れんこん	里芋 砂糖		醤油 みりん かつお節 だし昆布	2.1g	2.9g
木	かきたまじる	豆腐 卵		小松菜 にんじん	玉ねぎ	片栗粉		醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布		
	せわりロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
	さゆうにゅう		牛乳						624kcal	801kcal
	チリコンカン	豚肉 大豆ミート 大豆		トマト水煮 バブリカ粉	にんにく 玉ねぎ	レンズ豆 砂糖	油	ナツメグ 赤ワイン トマトケチャップ 塩 ソース ポークブイヨン チリパウダー ハブリカ粉 一味唐辛子 こしょう	28.3g	36.1g
木	アーモンドサラダ			チングンサイ	きゅううり コーン	砂糖	アーモンド油	米酢 塩 こしょう	24.9g	30.9g
	ボトフ	ウインナー		にんじん	玉ねぎ キャベツ セロリ エリンギ	じゃがいも	油	醤油 白ワイン コンソメ 塩 こしょう	1.8g	2.5g
	ごはん			★和食の日の献立★		米			664kcal	848kcal
金	さゆうにゅう		牛乳					酒 みりん 醤油	26.4g	33g
	さばのみそに	さば みそ 大豆粉			生姜	砂糖			27.1g	34.1g
	こまあえ			小松菜	もやし	砂糖	こま	醤油		
	はりはりじる	豆腐 豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ えのきだけ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.6g	2.2g
月	ごはん					米			623kcal	802kcal
	さゆうにゅう		牛乳						20.6g	28.8g
	れんこんのはさみあげ	(鶏肉)			(れんこん 玉ねぎ しいたけ 生姜)	(小麦粉 片栗粉)	油	(醤油 酒 塩)	18.3g	22.5g
	こぼうとツナのいためもの	まぐろ水煮		にんじん	ごぼう	砂糖	こま油	醤油 みりん	1.6g	2.8g
火	はくさいのみそしる	油揚げ 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん 小松菜	玉ねぎ 白菜			かつお節 だし昆布		
	なっとう（中のみ）	納豆								
	むぎごはん					米 大麦				
火	さゆうにゅう		牛乳						615kcal	770kcal
	シーフードカレー	えび いか 大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ にんにく エリンギ	じゃがいも レンズ豆 米粉 はちみつ	油	コンソメ 白ワイン トマトケチャップ ソース ロール ハチミツ カレー粉 塩 こしょう	21.8g	26.7g
	かいそうサラダ			海藻ミックス	チングンサイ	キャベツ コーン	砂糖	こま油	10.8g	12.2g
水	フルーツゼリーミックス					アロエシロップ漬け りんごシロップ漬け バインシロップ漬け	白桃ゼリー		1.6g	2.1g
	ごはん						米			
	さゆうにゅう		牛乳						576kcal	730kcal
水	あつあげのあんかけ	厚揚げ 鶏肉			たけのこ 白菜 生姜	砂糖 片栗粉	こま油	酒 醤油 かつお節 だし昆布	22.1g	27.4g
	こんにゃくのもの	さつまあげ			大根 こんにゃく	砂糖			16.9g	20.3g
	ゆばのすましる	豆腐 ゆば		小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ				1.2g	1.5g
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	684kcal	844kcal
木	さゆうにゅう		牛乳						26.4g	30.9g
	さんまのこめこパンこやき	さんま 大豆粉		バセリ粉	にんにく	米粉パン粉	オリーブ油	塩 こしょう 白ワイン ガーリックパウダー	31.7g	37.1g
	さつまいものサラダ	大豆粉			きゅううり	さつまいも	ドレッシング	こしょう	1.8g	2.4g
木	チングンサイのクリームスープ	ベーコン 大豆粉	牛乳 脱脂粉乳	チングンサイ にんじん	玉ねぎ ぶなしめし	小麦粉	バター	白ワイン コンソメ 塩 こしょう		
	キムチごはん		ベーコン	(昆布)	(にんじん にら ねぎ 唐辛子)	(もち粉 砂糖)	油 こま油	酒 醤油 ポークブイヨン (塩 醋)	671kcal	830kcal
	さゆうにゅう		牛乳		生姜 にんにく	片栗粉	油	酒 醤油	26.7g	31.8g
	とりにくのからあげ	鶏肉 大豆粉		チングンサイ	ゆかり粉				25.9g	31g
金	ゆかりあえ				キャベツ			醤油	1.8g	2.1g
	さわにわん	豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ ごぼう えのきだけ			醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布		

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。
袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



12月分 学校給食予定献立表

献立目標： 冬を味わおう

袋井市立浅羽学校給食センター R6.12

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん 加工でんぶん	6群 油脂 種実など			
2月	アルファーかごもくごはん	油揚げ		にんじん 	こんにゃく ごぼう 干しいたけ	米 砂糖 加工でんぶん	油	醤油 塩 かつお節エキス	588kcal	718kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳	★防災給食★ 	玉ねぎ					26g	30.7g
	たらのあますあんかけ	たら 大豆粉		チングンサイ 	キャベツ	片栗粉 砂糖	油	醤油 米酢 みりん かつお節 だし昆布	19.1g	21.7g
	チングンサイのみそあえ	油揚げ かつお節 みそ		大根 白菜 ななじめ 根深ねぎ		砂糖		みりん	2.8g	3.5g
3月	わかめじる	豆腐	わかめ				ごま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布		
	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう	牛乳							662kcal	838kcal
	ハッシュドポーク	豚肉 大豆粉			玉ねぎ ぶなじめじ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	バター 油	トマトケチャップ トマトピューレ ソース 赤ワイン コンソメ 塩 こしょう	23.6g	29g
4月	にんじんソテー	ワインナー		にんじん	キャベツ		油	コンソメ 塩 こしょう	20.1g	24.5g
	フルーツゼリーヨーグルト	ヨーグルト				みかんシロップ漬け アロエシロップ漬け	砂糖	ぶどうゼリー 砂糖	1.5g	1.9g
	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう	牛乳			玉ねぎ たけのこ 干しいたけ	砂糖	油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	25.2g	31.8g
5月	ちぐさやき	卵 まぐろ油漬け 豆腐		葉ねぎ		大根	砂糖	醤油 みりん かつお節 だし昆布	19g	23g
	だいこんのもの	豚肉				こんにゃく			1.6g	2.1g
	とうふのみそしる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉		にんじん 小松菜	根深ねぎ			かつお節 だし昆布		
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
6月	ぎゅうにゅう	牛乳							682kcal	879kcal
	とりにくとだいすのトマトに	鶏肉 大豆 大豆粉		にんじん トマト水煮 ブロッコリー	玉ねぎ エリンギ にんにく	砂糖	油	トマトケチャップ チキンスープ コンソメ 赤ワイン 塩 白ワイン ローレル こしょう	26.3g	33.2g
	コーンサラダ			小松菜	キャベツ コーン	砂糖	油	米酢 塩 こしょう	28g	34.9g
	キャラメルナッツポテト					さつまいも 砂糖 はらみつ	カシューなッツ 油 バター 生クリーム	塩	1.4g	1.8g
7月	ごはん					米		幼稚園はカシューなッツが入ません		
	ぎゅうにゅう	牛乳							633kcal	791kcal
	あつあげのそぼろあん	厚揚げ 豚肉		葉ねぎ		砂糖 片栗粉	油	醤油 酒 みりん	22.5g	26.7g
	チングンサイといいだけのピリからあえ	油揚げ みそ 大豆粉		チングンサイ	しいたけ	砂糖	ごま油	醤油 ラー油	20.5g	22.1g
8月	さつまいものみそしる			にんじん 小松菜	玉ねぎ えのきだけ	さつまいも		かつお節 だし昆布	1.5g	1.9g
	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう	牛乳							588kcal	747kcal
	わふうハンバーグおろしソース	(豚肉 鶏肉 大豆粉)			(玉ねぎ) 大根	(片栗粉 砂糖 じゃがいも) 砂糖 片栗粉	(油 ラード)	(トマトケチャップ 香辛料 塩) 醤油 酒 みりん	22.5g	28.5g
9月	もやしとほうれんそうのあえもの			ほうれんそう	もやし		ごま油	醤油	17g	21.3g
	すまじる	豆腐		小松菜 にんじん	玉ねぎ えのきだけ			醤油 酒 塩 だし昆布	2g	2.4g
	チーズ（小中のみ）	チーズ								
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
10月	ぎゅうにゅう	牛乳							617kcal	776kcal
	しいらのガーリックやき	しいら 大豆粉		パセリ			油	白ワイン 塩 こしょう ガーリックパウダー	29.2g	37.4g
	カラフルサラダ			ブロッコリー カリフラワー パブリカ（赤）	コーン	さつまいも	ドレッシング	塩 こしょう	22.7g	26.8g
	ABCスープ	ペーパン		にんじん	玉ねぎ キャベツ セロリ	マカロニ	油	コンソメ 白ワイン 醤油 塩 こしょう	1.6g	2.3g
11月	おたのしみチョコケーキ	（卵）	（乳製品）			（砂糖 小麦粉 チョコレート）	（油 カカオ）			
	キムタクごはん		ペーパン	葉ねぎ	白菜キムチ たくあん にんにく	米	油 ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒	665kcal	823kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳	★周南中学校 希望献立★ 						27.3g	33.1g
	からあげ	鶏肉			しょうが にんにく	片栗粉	油	酒 醤油	26.3g	31.6g
12月	きゅうりのひたひた	かつお節	©袋井市		きゅうり	砂糖	ごま油	醤油	2g	2.6g
	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん	白菜 ごぼう 根深ねぎ			酒 かつお節 だし昆布		
	ごはん					米			637kcal	809kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳							25.9g	32.8g
1月	さばのねぎみそやき	さば みそ			根深ねぎ	砂糖		みりん 酒	25.3g	32.1g
	ゆかりあえ			小松菜 ゆかり粉	キャベツ			醤油	1.5g	2g
2月	はりはりじる	豆腐 豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布		

「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主にエネルギーのもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
金 月	ちゅうかめん					小麦粉		塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳						694kcal	828kcal
	はるまき	(豚肉)		(にんじん)	(玉ねぎ キャベツ しいたけ ショウガ)	(小麦粉 米粉 春雨 片栗粉 砂糖)	(油 ラード ショートニング 油)	(醤油 ポークブイヨン 塩 香辛料)	26.6g	33.6g
	ちゅうかあえ			チンゲンサイ	大根	砂糖	ごま油	米酢 醤油	28.9g	31.3g
	ごもくあんかけスープ	豚肉 いか		にんじん	キャベツ 玉ねぎ たけのこ 枝豆 たんぽぽ しょうが	片栗粉	ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒 塩	1.7g	2.2g
火 水	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		牛乳						651kcal	820kcal
	ししゃものいそべあげ		ししゃも 青のり			片栗粉	油	酒	25.3g	31.3g
	ごまあえ			小松菜	もやし	砂糖	ごま	醤油	22.7g	27.7g
	おやこに	鶏肉 卵		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく たけのこ しいたけ	じゃがいも 砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	1.4g	1.9g
木	むぎごはん					米 大麦				
	ぎゅうにゅう		牛乳		★冬至の献立★					
	とりにくのゆずやき	鶏肉 大豆粉			ゆず しょうが	片栗粉 砂糖		醤油 みりん 酒	27.4g	31.8g
	やさいとじゃこのいためもの			しらすぼし	小松菜	キャベツ		ごま油	20.6g	23.4g
	かぼちゃのみそしる	油揚げ みそ 大豆粉			かぼちゃ にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ		かつお節 だし昆布	1.2g	2.1g
木	ふりかけ (中のみ)			(昆布 のり)	(抹茶)			(米 片栗粉 砂糖)		
	ごはん					米				
	ぎゅうにゅう		牛乳		★関東地方の料理★					
	さんがやき	あじ 豆腐 鶏肉 みそ 大豆粉				片栗粉		醤油 酒 塩	25.4g	33.8g
	こんにゃくのあえもの			わかめ		砂糖	ごま油	醤油 米酢 塩	17.5g	21.8g
木	けんちんじる	豆腐 油揚げ			小松菜 にんじん	大根 ごぼう	里芋	ごま油		
	ヨーグルト (中のみ)							醤油 塩 かつお節 だし昆布	1.7g	2.5g
	ロールパン		脱脂粉乳		★どまんなか給食★	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳						658kcal	848kcal
	どまんなかカレーシチュー	豚肉 大豆 大豆粉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ 大根	さつまいも 米粉	バター 油 生クリーム	コンソメ 白ワイン カレー粉 塩 こしょう	25.7g	32.7g
木	ごぼうチップス				ごぼう		米粉	油	27.5g	34.5g
	コールスロー	大豆粉				キャベツ コーン	砂糖	ドレッシング	1.5g	2g

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。
袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ベカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立には、
「野菜いっぱいマーク」がついています。



給食センターの衛生管理

給食センターでは、衛生管理を徹底し、異物混入や食中毒の防止に努めています。



調理場に入る前には、粘着ローラーで髪の毛やほこりをとり、髪の毛が出ていないか確認します。



©袋井市



調理作業前30秒間の手洗いを2回行います。その後アルコール消毒します。



加熱時の温度を確認します。

安全・安心でおいしい給食作りのため、毎日気を付けて作業を行っています。

1月分 学校給食予定献立表

献立目標：袋井の地場産物を味わおう

袋井市立浅羽学校給食センター

R7.1

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー だんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー だんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
水	ごはん		牛乳		★正月料理の献立★		*			641kcal 26.7g 17.2g 1.2g
	ぎゅうにゅう		牛乳		さやいんげん	玉ねぎ しょうが	砂糖 片栗粉	こま	酒 みりん 醤油 塩	
	まつかぜやき	鶏肉 大豆ミート 高野豆腐		にんじん	大根	砂糖			米酢 塩	
	こうはなます								醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	
	そうに	なると 油揚げ		水菜 大根葉	白菜 かぶ	もち				
木	ごはん						*			645kcal 28.8g 23.2g 1.3g
	ぎゅうにゅう		牛乳				砂糖	油	醤油 みりん 酒	
	にしんのりんやき	にしん 大豆粉			小松菜	もやし		こま油	醤油 みりん 酒	
	もしやしのあえもの	鶏肉 うずら卵 黒はんぺん ちくわ		昆布	にんじん	大根 こんにゃく	砂糖		醤油 みりん 酒 塩 かつお節	
	おでん									
金	むぎごはん		牛乳				*	大麦		672kcal 25.3g 22g 1.3g
	さゆうにゅう						片栗粉	砂糖	ホーカブイヨン 甜麵醬 醤油 酒 豆板醬 オイスター味	
	マーボーどうふ	豆腐 豚肉 みそ		にんじん 根深ねぎ	玉ねぎ だけのこ しょうが にんにく		こま油		塩 ガーリックパウダー こしょう	
	ごぼうとだいすのミックスあげ	大豆	青のり		ごぼう	米粉	油			
	ちゅうかあえ			小松菜	大根	砂糖	こま油		米酢 醤油	
火	ロールパン		脱脂粉乳		小麦粉 砂糖	ショートニング				684kcal 26.9g 24g 2g
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	ツナチーズオムレツ	卵 豆腐 チーズ 牛乳		バセリ粉	玉ねぎ				チキンスープ 塩 こしょう	
	えにまめ小テト	大豆粉			枝豆	じゃがいも	ドレッシング		塩 こしょう 醤油 コンソメ	
	レタスいりスープ	ベーコン		にんじん	玉ねぎ レタス コーン	(レモン果汁)				
水	はちみつレモンゼリー					(砂糖 水あめ はちみつ)				635kcal 23.7g 21.2g 1.6g
	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		牛乳				片栗粉	油	みりん	
	ししゃものからあげ	大豆粉	ししゃも						醤油 みりん 酒	
	ひじきとだいすのいたために	大豆 ちくわ	油揚げ	ひじき	さやいんげん	こんにゃく	砂糖	こま油	醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	
木	はりはりじる	豆腐 豚肉		にんじん 水菜	玉ねぎ					640kcal 22.8g 18.2g 1.3g
	アルファかまい						アルファ化米			
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	ふゆやさいカレー	鶏肉 大豆粉		にんじん トマト水煮 ブロッコリー	玉ねぎ にんにく しょうが 大根 カリフラワー		じゃがいも 米粉 はちみつ レンズ豆	油	塩 ローレル ソース トマトケチャップ 赤ワイン クミン カレー粉 コンソメ オールスパイス こしょう	
	キャベツソテー	ワインナー			キャベツ コーン			油	塩 コンソメ	
金	フルーツゼリーミックス						白桃ゼリー さとう		白ワイン	789kcal 27.6g 21.7g 1.6g
	うどん						小麦粉		塩	
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	かきあげ		しらす干し	にんじん	玉ねぎ		さつまいも 小麦粉 片栗粉	油	酒 塩	
	こまつなひだひた			小松菜			砂糖	こま油	醤油 かつお節 だし昆布	
月	ごもくうどんのしる	鶏肉 油揚げ		チンゲンサイ	白菜 根深ねぎ えのきだけ		片栗粉		醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布	638kcal 24.6g 25.3g 1.6g 2.1g
	キムチごはん	ペークン	★袋井中学校 希望献立★		白菜キムチ にんにく		*	こま油 油	酒 醤油 ポークブイヨン	
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	からあげ	鶏肉 大豆粉			しょうが にんにく		片栗粉	油	酒 醤油	
	はるさめのあますあえ			チンゲンサイ	コーン		春雨 砂糖	こま油	米酢 醤油 こしょう	
火	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん	大根 ごぼう 根深ねぎ こんにゃく			酒	かつお節 だし昆布	2.2g
	ごはん						*			
	ぎゅうにゅう		牛乳				砂糖			
	たまごやき	卵 豆腐			白菜			こま油	醤油 塩 かつお節 だし昆布	
	はくさいのあえもの			チンゲンサイ	玉ねぎ こんにゃく えのきだけ		じゅうがいも 砂糖		醤油 みりん 酒 かつお節 だし昆布	
水	にくじゅが	豚肉		にんじん さやいんげん						639kcal 25.6g 19g 1.6g 2.2g
	ふりかけ（中のみ）		(昆布のり)	(抹茶)			(米 片栗粉 砂糖)		(塩)	
	むぎごはん						*	大麦		
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	しいらのたつたあげ	しいら 大豆粉			しょうが にんにく		片栗粉	油	酒 醤油 みりん	
月	チキンカツ			チンゲンサイ	キャベツ しいたけ		砂糖	こま油	醤油 フード油	622kcal 25.8g 17.4g
	すまじる	豆腐		にんじん 小松菜	玉ねぎ えのきだけ				醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	
	はれひめ（相橘）				はれひめ					

16日(木)に袋井市で防災用に備蓄しているアルファ化米を学校給食で提供します

SDGs



備蓄した食品を定期的に消費し、食べた分だけ買い足していく方法をローリングストックといい、食品ロスの削減にもつながります。

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立には「野菜いっぱいマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日/ 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
23 木	ロールパン ぎゅうにゅう とりにくのマスタードやき コーンサフダ 心ゆきやさいたっぷりチャウダー	脱脂粉乳 牛乳 鶏肉 大豆粉 牛乳 脱脂粉乳	牛乳 牛乳	緑黄色野菜 チンゲンサイ にんじん 白菜 玉ねぎ かぶ	小麦粉 砂糖 キャベツ コーン 白菜 玉ねぎ かぶ	ショートニング 油 油 米粉	塩 マスター 白ワイン 醤油 ガーリックパウダー 米酢 塩 こしょう 生クリーム 油		601kcal 29.5g 26g 1.9g	745kcal 35.2g 31g 2.5g
24 金	ごはん きゅうにゅう あつあけのみぞれがけ じゃかいものとさに キャベツのみそしる ヨーグルト（中のみ）		牛乳 厚揚げ かつお節 油揚げ 小松菜 みそ 大豆粉		米 大根 さやいんげん 小松菜 にんじん キャベツ 玉ねぎ えのきだけ				611kcal 20.3g 16.9g 1.5g	815kcal 25.8g 18.3g 1.9g

1月27日～31日『学校給食週間』 学校給食の歴史、静岡県や袋井市の特産物、アレルギー対応について紹介します。

月	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき あおなのえもの すいとんじる	牛乳			米				592kcal 28.4g 14.4g 1.5g	730kcal 35.7g 16.7g 2g
						油	塩こうじ 塩			
						こま油	醤油			
						じゃがいも すいとん（小麦粉）	醤油 みりん 酒			
火	むぎごはん ぎゅうにゅう しゃきしゃきそぼろふとんのく ごまあえ どまんなかじる	牛乳			米 大麦				585kcal 25.3g 17.2g 1.6g	721kcal 30.6g 20.1g 2.1g
						玉ねぎ 切り干し大根	砂糖 片栗粉	こま油	醤油 みりん 酒	
						小松菜	砂糖	こま	醤油	
						キャベツ			かつお節 だし昆布	
水	ごはん ぎゅうにゅう さばのにつけ かぼちゃのそぼろあん みそしる	牛乳			米				709kcal 26.8g 24.6g 1.7g	859kcal 31.6g 28.4g 2.1g
						しょうが	中双糖		酒 醤油 みりん	
						かぼちゃ 葉ねぎ	砂糖 片栗粉	油	醤油 酒 みりん	
						にんじん 小松菜	玉ねぎ えのきだけ		かつお節 だし昆布	
木	ロールパン ぎゅうにゅう マカロニチキングラタン カレードレッシングサラダ ポトフ チョコクレープ（北幼のみ）	脱脂粉乳 牛乳 牛乳 チーズ 牛乳 チーズ			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		653kcal 29.3g 29g 2g	835kcal 36.7g 36g 2.6g
						マカロニ 小麦粉	油 バター	コンソメ 塩 こしょう		
						玉ねぎ ひなじめじ	砂糖	米酢 塩 カレー粉		
						チンゲンサイ	きゅうり コーン	油	白ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう	
金	ごはん ぎゅうにゅう こめこのメンチカツ キャベツのゆかりあえ わかめじる チョコクレープ	牛乳 (鶏肉 豚肉) 油かり粉 豆腐 わかめ (豆乳 大豆粉)			(玉ねぎ しょうが にんにく)	(砂糖 米粉 澱粉)	油	(塩 香辛料)	710kcal 21.6g 28g 1.3g	863kcal 25.9g 33.3g 1.7g
						キャベツ		醤油 塩		
						白菜 えのきだけ		醤油 みりん 酒		
						根深ねぎ		塩 かつお節 だし昆布		

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。

袋井市の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、くるみ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



学校給食展を開催します！

日 時 令和7年1月25日（土）10時～14時

会 場 中部学校給食センター

大試食会～大人気のソフトめんが食べられるチャンス～

その他に楽しい体験がたくさん♪



時 間 ①10時半～ ②11時～ ③11時半～ ④正午～
⑤12時半～ ⑥13時～ ⑦13時半～ ※要予約

定 員 各回30人（先着順）

料 金 300円

申込み 1月14日（火）8時半～電話でお申し込みください。

《申込み・問い合わせ》 おいしい給食課 45-3883

- ・地場産野菜と給食デザートの販売
- ・好きな給食メニューを投票しよう！給食総選挙
- ・配送トラック乗車体験
- ・クイズラリー 缶バッヂプレゼント
- ・ハンバーグ並ベタイムアタック など



2月分 学校給食予定献立表

献立目標： 寒さに負けない食事を知ろう

袋井市立浅羽学校給食センター R7.2

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもど (赤)		主に体の調子を整えるもど (緑)		主にエネルギーのもど (黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
月	ごはん				©袋井市	米				
	ぎゅうにゅう		牛乳		★節分 献立★					631kcal
	いわしのかばやき	いわし			しょうが	片栗粉 砂糖	油	酒 醤油 みりん 塩こうじ	25.2g	768kcal
	こんぶあえ		塩こんぶ		白菜		ごま油	醤油	20.6g	29.5g
	ぐだくさんのみそしる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉			大根 玉ねぎ			かつお節 だし昆布	1.4g	24.1g
	せつぶんまめ (小中)	大豆				(片栗粉 砂糖 水飴)	(ショートニング)		1.8g	
火	せつぶんボーロ (幼)	(きな粉 脱脂粉乳)						©袋井市		
	むぎごはん				米 大麦					605kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						24.9g	742kcal
	すきやきに	豚肉 豆腐		にんじん 春菊	白菜 こんにゃく 根深ねぎ えのきだけ	砂糖		酒 醤油 みりん かつお節 だし昆布	17.5g	30.4g
	ゆかりあえ				小松菜 ゆかり粉	キャベツ		醤油 塩	1.3g	20.7g
水	こふきいも		青のり			じゃがいも		塩 こしょう		1.9g
	ごはん				米					620kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						22.7g	758kcal
	しろみざかなのねぎだれ	ホキ			根深ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも 片栗粉 砂糖	油	米酢 醤油 みりん	19.5g	27.1g
木	うのはなに	おから さつまあげ		葉ねぎ	玉ねぎ 干しそいたけ	砂糖	油	醤油 みりん かつお節 だし昆布	1.3g	23.4g
	はりはりじる	豚肉 豆腐		にんじん 水菜	大根 えのきだけ			醤油 酒 みりん 塩 かつお節 だし昆布		1.8g
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳							593kcal
	タンドリーチキン	鶏肉	ヨーグルト		にんにく しょうが			トマトケチャップ 醤油 赤ワイン 塩 カレー粉 クミン チリパウダー	27g	801kcal
木	キャベツとケールのサラダ	大豆粉		ケール	キャベツ コーン	砂糖	ドレッシング	塩	27.4g	36.2g
	やさいスープ	ワインナー		にんじん テンケンサイ	玉ねぎ エリンギ セロリ	じゃがいも	油	白ワイン 醤油 コンソメ 塩 こしょう	1.8g	38g
	スライスチーズ (中のみ)		チーズ							3.1g
	むぎごはん				米 大麦					
金	ぎゅうにゅう		牛乳						23.8g	765kcal
	テンジャンチゲ	豚肉 豆腐 みそ		にんじん にら	白菜 白菜キムチ ぶなしめじ にんにく	油 ごま油		みりん 酒 コチジャン 塩 だし煮干し	20.3g	29.2g
	いかとごぼうのからあげ	(いか) 大豆	青のり		ごぼう	米粉 (片栗粉)	油	カーリックパウダー 塩 こしょう	1.3g	24.8g
	ナムル				もやし にんにく	ごま油		醤油 こしょう		1.8g
月	わかめごはん		(わかめ)		★浅羽南小 希望献立★	米 (砂糖)		(塩)		707kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						27.7g	836kcal
	とりにくのからあげ	鶏肉 大豆粉			しょうが にんにく	片栗粉	油	酒 醤油	27g	30.9g
	おくらのおかかあえ	かつお節		オクラ	もやし	砂糖		醤油 みりん	27g	30.6g
	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん	大根 根深ねぎ	じゃがいも		酒 かつお節 だし昆布	1.9g	2.3g
水	ごはん				米					640kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						28.3g	787kcal
	ごもくたまごやき	卵 鶏肉 豆腐		葉ねぎ	干しそいたけ たけのこ	砂糖	油	醤油 塩	22.5g	34.8g
	はくさいのあえもの				白菜		ごま油	醤油 塩	1.7g	27.4g
木	だいこんのカレーに	豚肉 厚揚げ			大根 玉ねぎ 根深ねぎ	砂糖 片栗粉		醤油 みりん 酒 塩 カレー粉 かつお節 だし昆布	2.3g	
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		657kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						26.3g	840kcal
	ハンバーグケチャップソース	(豚肉 鶏肉 大豆粉)		(玉ねぎ)	砂糖	(豚脂)		(チキンブイヨン 塩) トマトケチャップ ソース 赤ワイン	27.6g	33.2g
木	ほうれんそうりごまサラダ		ほうれん草		キャベツ コーン	砂糖	油 ごま	米酢 醤油 塩 こしょう	2g	34.9g
	クリームシチュー	ワインナー 大豆粉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん テンケンサイ	玉ねぎ	小麦粉 じゃがいも	バター 油 生クリーム	白ワイン コンソメ 塩 こしょう		2.7g
	ソフトめん					小麦粉		塩		
金	ぎゅうにゅう		牛乳							631kcal
	ふゆやさいのミートソース	豚肉 大豆ミート		にんじん トマト水煮 プロッコリー	玉ねぎ 白菜 カリフラワー セロリ にんにく	レンズ豆 砂糖	油	トマトケチャップ ソース 赤ワイン コンソメ 塩 こしょう	28.5g	815kcal
	きびなごのカリカリフライ		(きびなご)		(しょうが)	(じゃがいも 砂糖 片栗粉 米粉 玄米粉)	(油) (油)	(塩)	19.3g	36.2g
	フルーツゼリーミックス				アロエシリップス 漬け みかんシリップス 漬け バインシリップス 漬け	(ももゼリー) 砂糖		白ワイン	0.9g	23.6g

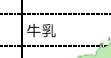
「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性がある食材を使っている日には、この「よくかんで食べようマーク」がついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

©袋井市

日/ 曜日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
月	ごはん					米	幼稚園はカシューナッツが入ません。		692kcal	849kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳				カシューナッツ油	酒 醤油 米酢 みりん	26.1g	31.8g
	とりにくとカシューナッツのあまからあえ	鶏肉 大豆粉 鶏レバー		パプリカ（赤）	しょうが にんにく	片栗粉 砂糖		ごま油	24.9g	30.6g
	ちゅうかサラダ			小松菜	もやし	砂糖		米酢 醤油	1.7g	2.3g
火	とうふスープ	豆腐 なると		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ えのきだけ		ごま油	ナキソース 醤油 酒 塩 こしょう		
	ごはん					米			703kcal	840kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						26g	30.3g
	さばのしおやき	さば 大豆粉						塩こうじ 酒 塩	26.9g	30.7g
水	じゃがいものとさに	かつお節		さやいんげん		じやがいも 砂糖			1.6g	1.9g
	はくさいじる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉		にんじん 葉ねぎ	白菜 大根			かつお節 だし昆布		
	むぎごはん		牛乳	★どまんなか給食★		米 大麦			588kcal	720kcal
	ぎゅうにゅう			豚肉	パプリカ（赤）	玉ねぎ ぶなしめじ	砂糖 片栗粉	醤油 米酢 酒	24.3g	29.8g
木	ふくろいポークのあますあんかけ			水菜	大根		ごま油	醤油	18.4g	21.9g
	だいこんのあえもの			小松菜 にんじん	白菜 根深ねぎ			かつお節 だし昆布	1.6g	2.1g
	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉 砂糖	ショートニング	塩	682kcal	877kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						29.8g	37.5g
木	こうやどうふのチーズやき	高野豆腐 まぐろ油漬け 大豆粉	牛乳 チーズ		玉ねぎ		ドレッシング	こしょう	32.1g	40.1g
	コールスロー	大豆粉		にんじん	キャベツ	砂糖	ドレッシング	米酢 塩 こしょう	2.3g	2.9g
	コーンボタージュ	大豆粉	牛乳 脱脂粉乳		玉ねぎ コーン		バター 生クリーム	コソソメ 白ワイン 塩 こしょう		
	ごはん									
金	ぎゅうにゅう		牛乳	★ふじっぴー給食★		米			633kcal	775kcal
	かつお みそ						じゃがいも 片栗粉 砂糖	油 ごま みりん 酒	24.6g	29.9g
	チンゲンサイのいそかあえ	のり	チンゲンサイ		もやし			醤油 みりん	19.1g	22.8g
	レタスいりかきたまじる	豆腐 卵		にんじん	玉ねぎ レタス	片栗粉		醤油 酒 塩 みりん かつお節 だし昆布	1.3g	1.7g
火	ごはん		牛乳	★九州地方の料理★		米			692kcal	783kcal
	ぎゅうにゅう								25.5g	30.8g
	とりてん	鶏肉			にんにく	小麦粉 砂糖 片栗粉	油	醤油 米酢 酒	25.6g	23.4g
	おかかあえ	かつお節		小松菜	もやし			みりん 醤油 塩	1.6g	2g
水	だんごじる	みそ	わかめ	にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ 大根 ぶなしめじ	だんご (小麦粉)		うるめ煮干し だし昆布		
	ごはん								642kcal	788kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						25.2g	29.7g
	あつあげのあんかけ	厚揚げ 豚肉			だけのこ 根深ねぎ しょうが	砂糖 片栗粉	ごま油	酒 醤油 かつお節 だし昆布	21g	22.8g
木	きりぼしだいこんのソースいため	まぐろ油漬け かつお節	青のり			切干大根 キャベツ		ソース オイスターソース 塩 こしょう	1.7g	2g
	のっpeiじる	鶏肉		にんじん 小松菜	玉ねぎ ごぼう こんにゃく	さといも 片栗粉		醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布		
	こくとうしょくパン		脱脂粉乳			小麦粉 黒糖 砂糖	ショートニング	塩	599kcal	764kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						31.3g	38.2g
木	たらのマスター豆やき	たら 大豆粉				ドレッシング			16.3g	19.5g
	コーンボテト				コーン	じゃがいも	油	塩 こしょう	1.9g	2.7g
	ミニストローネ	ベーコン 大豆		にんじん トマト水煮	玉ねぎ キャベツ エリンギ にんにく セロリ	砂糖	油	白ワイン コンソメ 塩 こしょう ローレル		
	ヨーグルト		ヨーグルト							
金	むぎごはん					米 大麦			685kcal	848kcal
	ぎゅうにゅう		牛乳						28g	34g
	チキンカレー		鶏肉 大豆粉	にんじん トマト水煮	玉ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも レンズ豆 米粉 はちみつ	油	トマトグリチャップ ソース 赤ワイン 塩 カレー粉 クミン コンソメ ローレル オールスパイス ナツメグ こしょう	20.1g	24.2g
	かいそうサラダ		海そうミックス		キャベツ コーン	砂糖	ごま油	米酢 醤油 塩	1.5g	1.9g
	チョコタッフィー	大豆 大豆粉				砂糖 片栗粉	油	塩		

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。
袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している
日の献立には「野菜いっぱいマーク」が
ついています。



3月分 学校給食予定献立表

献立目標： 春を味わおう

袋井市立浅羽学校給食センター

R7.3

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
3 月	ごもくちらし	高野豆腐 油揚げ (卵)		きぬさや	ごぼう 干しいたけ	米 砂糖	(油)	酢 塩 醤油 みりん かつお節 だし昆布(酢 塩)	592kcal 26.2g 19.2g 2.1g	719kcal 32.8g 23.2g 2.5g
	ぎゅうにゅう	牛乳						油		
	あかうおのしおこうじやき	赤魚 大豆粉						塩こうじ 酒 塩		
	アーモンドあえ	小松菜	キャベツ			砂糖	アーモンド	醤油		
	おふのすまじる	豆腐	にんじん チンゲンサイ	みつば	玉ねぎ	ふ (小麦粉)		醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布		
	ひなあられ	(昆布 青のり)	(トマト ほうれん草 パブリカ)			(米 砂糖)		(塩)		
4 火	むぎごはん					米 大麦			604kcal 18.5g 18.1g 1.5g	730kcal 22.2g 21.1g 2.1g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	コロッケ	(豚肉 大豆)	学校給食展 給食総選挙1位料理	(玉ねぎ)		(じゃがいも 砂糖 小麦粉 コーンスター)	(マーガリン 油)	(醤油 塩 こしょう)		
	きゅうりのひたひた	かつお節		きゅうり		砂糖	ごま油	醤油		
	だいこんのみそしる	豆腐 油揚げ みそ 大豆粉	小松菜 にんじん	大根				かつお節 だし昆布		
	いちご			いちご						
	ふりかけ (中のみ)	(かつお節 さば節 いわし節)	(のり)	(かぼちゃ)		(砂糖 じゃがいも)	(ごま)	(醤油 みりん 塩)		
5 水	ごはん					米			607kcal 24.9g 20.2g 1.3g	738kcal 30.3g 24.2g 1.7g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	あつあてとチンゲンサイのひきにいため	厚揚げ 豚肉	チンゲンサイ	しょうが にんにく	片栗粉	ごま油 油	チキンスープ 醤油 塩 こしょう 酒			
	ハンサンマー		小松菜	コーン	春雨 砂糖	ごま油	酢 醤油 こしょう			
	はくさいスープ	鶏肉 なると 豆腐	にんじん 水菜	白菜 えのきだけ じいだけ		ごま油	チキンスープ 醤油 酒 塩 こしょう			
6 木	げんまいロールパン	脱脂粉乳			小麦粉 砂糖 玄米	ショートニング	塩		648kcal 29.9g 24g 1.7g	833kcal 37.7g 29.3g 2.2g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	ポークピーンズ	豚肉 大豆 大豆粉	にんじん トマト水煮 さやいんげん	玉ねぎ ぶなしめじ にんにく	砂糖	オリーブ油	赤ワイン コンソメ ローレル ナツメグ こしょう トマトケチャップ ソース 塩			
	じゃがいもとツナのドレッシングやき	まぐろ水煮		バセリ	じゃがいも	ドレッシング	塩 こしょう			
	やさいサラダ	チンゲンサイ	キャベツ コーン	砂糖	油	酢 塩 こしょう				
	おいわいいちごゼリー (西のみ)	(豆乳)		(いちご)	(砂糖 水あめ)					
7 金	せきはん					もち米 米 小豆			653kcal 22.4g 19.5g 1.6g	765kcal 26.6g 21.7g 1.9g
	ごましお					ごま	塩			
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	にしんのみりんやき	にしん			片栗粉		醤油 酒 みりん			
	キャベツのゆかりあえ		小松菜 ゆかり粉	キャベツ			醤油			
	おいわいじる	なると	チンゲンサイ	玉ねぎ 大根 にんじん えのきだけ			醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布			
	おいわいいちごゼリー (幼)	(豆乳)		(いちご)	(砂糖 水あめ)					
	レモンカスタードタルト (小中)	(卵)	(乳製品)	(レモンかじゅう)	(小麦粉 砂糖)	(マーガリン)				
10 月	むぎごはん					米 大麦			650kcal 24.2g 16.7g 1.4g	801kcal 29.3g 20g 2g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	カレー	豚肉	にんじん トマト水煮	玉ねぎ しょうが にんにく	米粉 レンズ豆 じゃがいも はちみつ	油	トマトケチャップ ソース コンソメ 赤ワイン ローレル クミン オールババク ナツメグ カレー粉 塩 こしょう			
	チンゲンサイとコーンのソテー		チンゲンサイ	コーン にんにく		油	コンソメ 塩 こしょう			
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	みかんシロップ漬け アロエシロップ漬け バインシロップ漬け	いちごゼリー はちみつ					
11 火	りんごチップパン	脱脂粉乳		りんご	小麥粉 砂糖	ショートニング	塩		651kcal 27.1g 27.3g 1.7g	838kcal 33.8g 33.9g 2.3g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	スパニッシュオムレツ	卵 豆腐 ベーコン 牛乳 チーズ		玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	バター	トマトケチャップ 塩 白ワイン こしょう			
	ごぼうサラダ	大豆粉		ごぼう きゅうり コーン	砂糖	ドレッシング	酢 醤油 こしょう			
	クリームスープ	鶏肉 大豆粉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ エリンギ	バター 生クリーム	白ワイン コンソメ 塩 こしょう			
12 水	キムチごはん	ベーコン		にんにく キムチ (白菜)	米	ごま油	酒 醤油 ポークブイヨン		695kcal 28.2g 26.7g 2.1g	839kcal 33.8g 31.3g 2.5g
	ぎゅうにゅう	牛乳								
	とりにくのからあげ	鶏肉 大豆粉		しょうが にんにく	片栗粉	油	醤油 酒			
	かいそうサラダ		海藻ミックス	キャベツ コーン	砂糖	ごま油	醤油 酢			
	とんじる	豚肉 豆腐 みそ 大豆粉		にんじん	大根 ごぼう こんにゃく 根深ねぎ		酒 かつお節 だし昆布			

「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している
日の献立には「野菜いっぱいマーク」が
ついています。



給食を掲載しています。
給食写真は毎日更新♪

日 曜 日	献立名	主に体を作るもと（赤）		主に体の調子を整えるもと（緑）		主にエネルギーのもと（黄）		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 糖質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
木	ごはん					米				
	きゅうにゅう		牛乳							682kcal
	さばのみそに	さば みそ 大豆粉			しょうが	砂糖		酒 みりん 醤油	25.9g	32.8g
	こまえ			小松菜	キャベツ	砂糖	ごま	醤油	26.8g	35.4g
	さわにわん	豚肉		にんじん 水菜	大根 白菜 ごぼう えのきだけ			醤油 みりん 塩 かつお節 だし昆布	1.5g	2.1g
金	おこめのムース（中3のみ）	(卵黄)	(乳製品)			(砂糖 米粉 水あめ)				
	ちゅうかめん					小麦粉		塩		
	ぎゅうにゅう		牛乳		キャベツ にら にんにく しょうが	片栗粉 小麦粉	ごま油 油	醤油 酒 塩 こしょう	692kcal	849kcal
	てづくりあげぎょうざ	鶏肉 大豆ミート 大豆粉				砂糖	ごま油	米酢 醤油 塩	30.6g	38g
	だいこんのちゅうかあえ			小松菜	大根				27.3g	32g
月	しょうゆラーメンスープ	豚肉 焼き豚		にんじん	もやし キャベツ 根深ねぎ しょうが		ごま油	ポークブイヨン 醤油 酒 塩 こしょう	2g	2.6g
	おこめのムース	(卵黄)	(乳製品)			(砂糖 米粉 水あめ)				

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。

袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ペカンナッツは使用しません。

魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、浅羽学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：23-3049）



「よくかんで食べよう」

かみごたえのある食材や窒息・誤嚥の可能性のある食材を使っている日には
この「よくかんで食べようマーク」がついています。



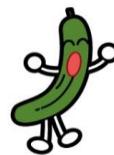
学校給食展 給食総選挙

1位レシピ紹介

『きゅうりのひたひた』

＜材料＞3人分 ＜作り方＞

- ・きゅうり 1本 ①きゅうりを1cm幅の輪切りに切る。
- ・塩 少々 ②きゅうりを塩もみする。
- ☆砂糖 小さじ1 ③☆の材料を合わせタレを作る。
- ☆しょうゆ 小さじ1 ④きゅうりを手でしばる。
- ☆ごま油 小さじ1/2 ⑤③、④とかつお節を和えてできあがり。
- ・かつお節 少々



1月25日、中部学校給食センターで開催した学校給食展は、多くの方にお越しいただきました。その中で実施した『給食総選挙』は、袋井市で採れる野菜を使った5つの料理から1つ選んで投票していただき、一位が「きゅうりのひたひた」でした。総選挙の結果ときゅうりのひたひたの作り方動画は、ロイロノートで見ることができます。



タブレットを活用した食育指導

子どもたちが学校から貸与されているタブレットに入っている『ロイロノート』というアプリを活用することで、毎日の給食について詳しく学ぶことができます。給食センターでの調理の様子や畑で野菜が栽培されている様子を動画で見ることもできます。

※見る方法：「ロイロノート→ 資料箱→ 静岡県袋井市共有→ 給食」
ご家庭でもぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。



©袋井市