



こんだてひょう

令和 2 年 8 月

鯖江市吉川小学校

日	曜日	予定献立(牛乳は毎日つきます。)		お知らせ	エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g)	炭水化物(g) 食塩相当量(g)
17	月	給食はありません			エ 炭 タ 塩 脂	
18	火	いちほまれごはん	カレーシチュー かみかみ(小魚) ゆでえだ豆		エ 687 炭 98.7 タ 26.0 塩 1.9 脂 19.3	
19	水	ココアパン	ポークビーンズ 温野菜サラダ		エ 660 炭 95.0 タ 26.4 塩 2.3 脂 18.7	
20	木	いちほまれごはん	揚げ春巻き 八宝菜 ぶどうゼリー		エ 657 炭 95.1 タ 23.7 塩 1.6 脂 19.3	
21	金	いちほまれごはん	くわの葉入りちくわ天 たけのこのおかか煮 とうふとまいたけのすまし汁		エ 599 炭 91.6 タ 21.7 塩 2.3 脂 14.7	
24	月	いちほまれごはん	ホイコーロー ふのすまし汁 オレンジ		エ 607 炭 92.2 タ 25.3 塩 2.6 脂 14.2	
25	火	いちほまれごはん	※さばのしょうが煮 玉ねぎのみそ汁 トマト		エ 655 炭 83.9 タ 24.0 塩 2.5 脂 22.7	
26	水	レーズンパン	野菜のスープ煮 シークワサーゼリー オムレツ		エ 694 炭 106.0 タ 27.9 塩 2.7 脂 17.8	
27	木	いちほまれごはん	ししゃものカレーあげ ぶた汁 つけもの(のざわ菜)	歯ッピー給食	エ 642 炭 86.0 タ 23.9 塩 2.2 脂 20.3	
28	金	いちほまれごはん	タラのからあげ うめみそがけ のりのおすいもの こざい	南条の郷土料理 こざい	エ 652 炭 99.4 タ 24.3 塩 2.7 脂 15.9	
31	月	いちほまれごはん	すき焼き煮 小松菜の煮びたし		エ 682 炭 94.9 タ 25.5 塩 1.6 脂 20.6	

