



学校給食予定献立表



ふれあいだて歴史の杜食育センター
だて食育レストラン『eスプーン』
※facebook公開中!!

だて歴史の杜食育センター
TEL 0142-23-4019

令和2年度 第557号

月			火			水			木			金																																																																	
献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名		献立名	材料名																																																																
塩分・脂質平均栄養価は エネルギーKcal 塩分g 脂質g 低学年 653 2.3 21.0 中学年 694 2.4 21.6 高学年 734 2.5 22.2 中学生 803 2.8 23.6			12月分の給食費の口座振替日は1月4日(月)になります。 1月分の給食費の口座振替日は2月1日(月)になります。 ※残高不足にご注意下さい。			●牛乳は毎日つきます。 ●食器は定数とおり入れ、上向きにしてコンテナに入れてください。 ●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かごの中に入れてください。 ●スプーンはメニューに合わせてつきます。同じ方向に入れて止め、スプーン専用かごに入れてください。 ●はしは毎日持参してください。 ●都合により献立の一部が変更される場合があります。 ※材料上段数字は、エネルギー(Kcal)、下がたんぱく質です。 ※お魚には骨が付いている場合もあります。ささないよう取り除くなど注意して食べましょう。			14 スライスパン カレーポトフ チキンとポークのハンバーグ みかん			(低)665 (中)677 (高)687 (中学)765 低28.3 中28.9 高29.4 中学32.4 鶏肉、人参、ウイナー(原材料の一部に鶏肉、豚肉、大豆を含む)、じゃがいも、玉葱、キャベツ、食塩、パセリ、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)こしょう、チキンコンソメ、カレー粉、ブイヨン、グラニューク 鶏肉、豚肉、玉葱、生姜、豚脂、でん粉、砂糖、粒状植物性たん白、粉末状植物性たん白、食塩、米粉、難消化性デキストリン、パン酵母、ドロマイト、酵母エキス、トマトペースト、ポークエキス、マスタード、香料、玉葱、ウスターソース、小麦粉、植物油、醸造酢、トマトケチャップ、水あめ混合異性化液糖(原材料の一部に鶏肉、豚肉、大豆、小麦を含む)			15 ごはん お雑煮 国産さばの味噌味 もやしとじゃこのマヨ和え			(低)667 (中)714 (高)758 (中学)815 低26.8 中28.0 高29.2 中学30.7 煮込み餅(紅白)、つと(赤濁)豚肉、ごぼう、たけのこ水煮、しょうゆ、みりん、食塩、かつおだし さば、でん粉、みそ、砂糖、発酵調味料(原材料の一部にさば、大豆を含む) ほうれん草、もやし、ちりめん、焼竹輪(えび、かに抜き)、しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、白ごま、上白糖 ※原材料のちりめんは、えび、かに、いがが混ざる方法で漁獲しています。			18 ごはん ちゃんこ鍋風(みそ味) 国産具材の春巻 白菜となめ茸の和え			19 地産地消の日 麦入りごはん 壮産卵の親子 コーン焼売2コ 飲むヨーグルト(牧家)			20 麦入りごはん ドライカレー(乳アレルギー対応) フルーツポンチ			21 コップパン パンプキンポタージュ ポークフランク ゆでブロッコリー 小袋マヨネーズ			22 23日は乳酸菌の日 ごはん キムチ入りピリ辛スープ 錦糸玉子 ビビンバ ジヨア(プレーン味)			(低)634 (中)682 (高)727 (中学)785 低23.5 中25.1 高26.7 中学29.7 とり肉団子(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)豚肉、キャベツ、焼き豆腐、しらたき、長ねぎ、ごぼう、しめじ、水餃子、清酒、みりん、かつおだし、しょうゆ、味噌、ラーメンスープの素(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、さば、ごまを含む)鶏だし(原材料の一部に鶏肉を含む) 豚肉、小麦粉、キャベツ、人参、玉葱、しょうゆ、ラード、油脂加工品、粉末水あめ、でん粉、春雨、砂糖、植物油、ショートニング、生姜、香味油、大豆粉、ポークエキス、しいたけエキスパウダー、食塩、コーンフラワー、酵母エキス、亜鉛含有酵母、酵母エキスパウダー、たん白加水分解物、香辛料(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉を含む) 白菜、なめ茸、しょうゆ 今日、伊達市と壮産町の食材を使った給食の日です！栄養たっぷりなので残さずしっかり食べましょう☆			(低)660 (中)713 (高)765 (中学)834 低24.6 中26.9 高29.1 中学32.2 鶏卵、鶏肉、しらたき、刻み揚げ、玉葱、長ねぎ、人参、たけのこ水煮、三温糖、上白糖、みりん、清酒、かつおだし、しょうゆ どうもろこし、玉葱、魚肉すり身、豚脂、でん粉、豆腐、植物性たん白、パン粉、みりん、焼酎、水あめ混合異性化液糖、小麦粉、砂糖、食塩、酵母エキスパウダー(原材料の一部に魚介類、豚肉、小麦、大豆を含む)※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きます。※伊達産の生乳を使用！ 豚ひき肉、大豆そぼろ、人参、玉葱、パセリ、にんにく、赤ワイン、ウスターソース、トマトケチャップ、カレー粉、カレールウ、フライドオニオン、しょうゆ、食塩 みかん缶、パイン缶、白桃缶、白玉もち			(低)647 (中)664 (高)681 (中学)788 低28.4 中28.9 高29.5 中学32.9 南瓜、南瓜ペースト、玉葱、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)バター、牛乳、脱脂粉乳、生クリーム、パンプキンポタージュ(原材料の一部に乳、小麦を含む)、チキンコンソメ、パセリ、こしょう、食塩 豚肉、馬鈴薯でん粉、豚血漿、食塩、砂糖、酵母エキス、香辛料(原材料の一部に豚肉を含む) ブロッコリー ノンエッグマヨネーズ			(低)530 (中)573 (高)614 (中学)666 低23.5 中24.4 高25.5 中学26.9 とり肉団子(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)、豆腐、人参、長ねぎ、玉葱、キムチ味(原材料の一部にりんご、大豆を含む)みりん、清酒、鶏ガラスープ、しょうゆ、かつおだし、食塩 鶏卵、でん粉、砂糖、植物油、加工でん粉、食塩、みりん、酵母エキス、グルタミン酸ナトリウム、酸味料(原材料の一部に卵、米を含む) 味付豚肉(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、りんごごまを含む)、ほうれん草、もやし、三温糖、白ごま、生姜、にんにく、清酒、豆板醤、しょうゆ、焼肉のたれ(原材料の一部に小麦、ごま、大豆、もも、りんごを含む)※この日は牛乳の代わりにジヨアが付きます。※乳酸菌の入ったジヨアです！			25 ごはん 明治22年の給食を再現！ すいとん汁 さけの塩焼き 国産たくあん漬 おにぎり用のり			26 ほたての無償提供の日 麦入りごはん 噴火湾産ほたてカレー アロニア入りヨーグルト和え			27 牛肉の無償提供の日 麦入りごはん 豆腐と長ねぎの味噌汁 道産牛丼 国産つぼ漬			28 スライスパン 長いもと冬野菜のシチュー クリスピーチキン 給食週間ゼリー(フルーツ味) 飲むヨーグルト(牧家)			29 ほたての無償提供の日 ごはん さつまいもの味噌汁 ほっけザンギ 切り干し大根煮			(低)576 (中)625 (高)670 (中学)732 低30.0 中31.4 高32.7 中学35.0 すいとん、鶏肉、長ねぎ、ごぼう、人参、刻み揚げ、つと(赤濁)、かつおだし、食塩、しょうゆ、みりん、清酒 秋鮭、食塩、食用油脂(原材料の一部に鮭を含む) 干し大根、糖類、食塩、小麦たん白酵素分解物、醸造酢、酒精、とうがらし、ぬか類(原材料の一部に小麦を含む) 焼きのり 作り方：魚をほくしてご飯と混ぜて、茶碗をゆすって丸めて、のりで挟んで出来上がり！			(低)618 (中)676 (高)731 (中学)805 低17.6 中19.0 高20.4 中学22.3 ほたて、じゃがいも、玉葱、人参、カレールウ、豆乳クリーム、にんにく、フライドオニオン、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、チキンコンソメ みかん缶、白桃缶、バナナ、ナタデココ、アロニアパウダー、ヨーグルト、上白糖 ※伊達産のアロニアを使用			(低)746 (中)791 (高)838 (中学)887 低21.0 中22.3 高23.3 中学24.6 豆腐、長ねぎ、カットわかめ、刻み揚げ、かつおだし、みそ 牛肉、玉葱、しらたき、焼竹輪(えび、かに抜き)、三温糖、しょうゆ、みりん、清酒、かつおだし 干し大根、糖類、しょうゆ、食塩、酵母エキス、とうがらし(原材料の一部に小麦、大豆を含む)			(低)836 (中)852 (高)868 (中学)958 低29.9 中30.4 高30.9 中学33.7 玉葱、人参、小松菜、ブロッコリー、長いも、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)白菜、牛乳、生クリーム、チーズ、バター、食塩、こしょう、チキンコンソメ、パンセメルソース、シチュールウ(原材料の一部に乳、小麦、大豆、豚肉を含む) 鶏肉、還元水あめ、しょうゆ、食塩、にんにく、たん白加水分解物、香辛料、小麦粉、でん粉、糖類、デキストリン、大豆粉、植物油、粉末しょうゆ、揚げ油、加工でん粉、重曹、酸味料(原材料の一部に鶏肉、大豆、小麦を含む) ぶどう糖、果糖液糖、りんご果汁、グラニュー糖、ピーチ果汁、みかん果汁(原材料の一部にりんご、ももを含む)※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きます。※伊達産の生乳を使用！			(低)640 (中)692 (高)740 (中学)807 低23.0 中24.5 高25.7 中学27.6 さつまいも、人参、長ねぎ、ごぼう、刻み揚げ、かつおだし、みそ ほっけ、でん粉、しょうゆ、砂糖、還元水あめ、食塩、生姜、みりん、唐辛子、こしょう、にんにく(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 切り干し大根、しらたき、豚肉、三温糖、清酒、しょうゆ、サラダ油		
18 ごはん ちゃんこ鍋風(みそ味) 国産具材の春巻 白菜となめ茸の和え			19 地産地消の日 麦入りごはん 壮産卵の親子 コーン焼売2コ 飲むヨーグルト(牧家)			20 麦入りごはん ドライカレー(乳アレルギー対応) フルーツポンチ			21 コップパン パンプキンポタージュ ポークフランク ゆでブロッコリー 小袋マヨネーズ			22 23日は乳酸菌の日 ごはん キムチ入りピリ辛スープ 錦糸玉子 ビビンバ ジヨア(プレーン味)			(低)634 (中)682 (高)727 (中学)785 低23.5 中25.1 高26.7 中学29.7 とり肉団子(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)豚肉、キャベツ、焼き豆腐、しらたき、長ねぎ、ごぼう、しめじ、水餃子、清酒、みりん、かつおだし、しょうゆ、味噌、ラーメンスープの素(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、さば、ごまを含む)鶏だし(原材料の一部に鶏肉を含む) 豚肉、小麦粉、キャベツ、人参、玉葱、しょうゆ、ラード、油脂加工品、粉末水あめ、でん粉、春雨、砂糖、植物油、ショートニング、生姜、香味油、大豆粉、ポークエキス、しいたけエキスパウダー、食塩、コーンフラワー、酵母エキス、亜鉛含有酵母、酵母エキスパウダー、たん白加水分解物、香辛料(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉を含む) 白菜、なめ茸、しょうゆ 今日、伊達市と壮産町の食材を使った給食の日です！栄養たっぷりなので残さずしっかり食べましょう☆			(低)660 (中)713 (高)765 (中学)834 低24.6 中26.9 高29.1 中学32.2 鶏卵、鶏肉、しらたき、刻み揚げ、玉葱、長ねぎ、人参、たけのこ水煮、三温糖、上白糖、みりん、清酒、かつおだし、しょうゆ どうもろこし、玉葱、魚肉すり身、豚脂、でん粉、豆腐、植物性たん白、パン粉、みりん、焼酎、水あめ混合異性化液糖、小麦粉、砂糖、食塩、酵母エキスパウダー(原材料の一部に魚介類、豚肉、小麦、大豆を含む)※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きます。※伊達産の生乳を使用！ 豚ひき肉、大豆そぼろ、人参、玉葱、パセリ、にんにく、赤ワイン、ウスターソース、トマトケチャップ、カレー粉、カレールウ、フライドオニオン、しょうゆ、食塩 みかん缶、パイン缶、白桃缶、白玉もち			(低)647 (中)664 (高)681 (中学)788 低28.4 中28.9 高29.5 中学32.9 南瓜、南瓜ペースト、玉葱、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)バター、牛乳、脱脂粉乳、生クリーム、パンプキンポタージュ(原材料の一部に乳、小麦を含む)、チキンコンソメ、パセリ、こしょう、食塩 豚肉、馬鈴薯でん粉、豚血漿、食塩、砂糖、酵母エキス、香辛料(原材料の一部に豚肉を含む) ブロッコリー ノンエッグマヨネーズ			(低)530 (中)573 (高)614 (中学)666 低23.5 中24.4 高25.5 中学26.9 とり肉団子(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)、豆腐、人参、長ねぎ、玉葱、キムチ味(原材料の一部にりんご、大豆を含む)みりん、清酒、鶏ガラスープ、しょうゆ、かつおだし、食塩 鶏卵、でん粉、砂糖、植物油、加工でん粉、食塩、みりん、酵母エキス、グルタミン酸ナトリウム、酸味料(原材料の一部に卵、米を含む) 味付豚肉(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、りんごごまを含む)、ほうれん草、もやし、三温糖、白ごま、生姜、にんにく、清酒、豆板醤、しょうゆ、焼肉のたれ(原材料の一部に小麦、ごま、大豆、もも、りんごを含む)※この日は牛乳の代わりにジヨアが付きます。※乳酸菌の入ったジヨアです！			25 ごはん 明治22年の給食を再現！ すいとん汁 さけの塩焼き 国産たくあん漬 おにぎり用のり			26 ほたての無償提供の日 麦入りごはん 噴火湾産ほたてカレー アロニア入りヨーグルト和え			27 牛肉の無償提供の日 麦入りごはん 豆腐と長ねぎの味噌汁 道産牛丼 国産つぼ漬			28 スライスパン 長いもと冬野菜のシチュー クリスピーチキン 給食週間ゼリー(フルーツ味) 飲むヨーグルト(牧家)			29 ほたての無償提供の日 ごはん さつまいもの味噌汁 ほっけザンギ 切り干し大根煮			(低)576 (中)625 (高)670 (中学)732 低30.0 中31.4 高32.7 中学35.0 すいとん、鶏肉、長ねぎ、ごぼう、人参、刻み揚げ、つと(赤濁)、かつおだし、食塩、しょうゆ、みりん、清酒 秋鮭、食塩、食用油脂(原材料の一部に鮭を含む) 干し大根、糖類、食塩、小麦たん白酵素分解物、醸造酢、酒精、とうがらし、ぬか類(原材料の一部に小麦を含む) 焼きのり 作り方：魚をほくしてご飯と混ぜて、茶碗をゆすって丸めて、のりで挟んで出来上がり！			(低)618 (中)676 (高)731 (中学)805 低17.6 中19.0 高20.4 中学22.3 ほたて、じゃがいも、玉葱、人参、カレールウ、豆乳クリーム、にんにく、フライドオニオン、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、チキンコンソメ みかん缶、白桃缶、バナナ、ナタデココ、アロニアパウダー、ヨーグルト、上白糖 ※伊達産のアロニアを使用			(低)746 (中)791 (高)838 (中学)887 低21.0 中22.3 高23.3 中学24.6 豆腐、長ねぎ、カットわかめ、刻み揚げ、かつおだし、みそ 牛肉、玉葱、しらたき、焼竹輪(えび、かに抜き)、三温糖、しょうゆ、みりん、清酒、かつおだし 干し大根、糖類、しょうゆ、食塩、酵母エキス、とうがらし(原材料の一部に小麦、大豆を含む)			(低)836 (中)852 (高)868 (中学)958 低29.9 中30.4 高30.9 中学33.7 玉葱、人参、小松菜、ブロッコリー、長いも、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)白菜、牛乳、生クリーム、チーズ、バター、食塩、こしょう、チキンコンソメ、パンセメルソース、シチュールウ(原材料の一部に乳、小麦、大豆、豚肉を含む) 鶏肉、還元水あめ、しょうゆ、食塩、にんにく、たん白加水分解物、香辛料、小麦粉、でん粉、糖類、デキストリン、大豆粉、植物油、粉末しょうゆ、揚げ油、加工でん粉、重曹、酸味料(原材料の一部に鶏肉、大豆、小麦を含む) ぶどう糖、果糖液糖、りんご果汁、グラニュー糖、ピーチ果汁、みかん果汁(原材料の一部にりんご、ももを含む)※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きます。※伊達産の生乳を使用！			(低)640 (中)692 (高)740 (中学)807 低23.0 中24.5 高25.7 中学27.6 さつまいも、人参、長ねぎ、ごぼう、刻み揚げ、かつおだし、みそ ほっけ、でん粉、しょうゆ、砂糖、還元水あめ、食塩、生姜、みりん、唐辛子、こしょう、にんにく(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 切り干し大根、しらたき、豚肉、三温糖、清酒、しょうゆ、サラダ油																							
25 ごはん 明治22年の給食を再現！ すいとん汁 さけの塩焼き 国産たくあん漬 おにぎり用のり			26 ほたての無償提供の日 麦入りごはん 噴火湾産ほたてカレー アロニア入りヨーグルト和え			27 牛肉の無償提供の日 麦入りごはん 豆腐と長ねぎの味噌汁 道産牛丼 国産つぼ漬			28 スライスパン 長いもと冬野菜のシチュー クリスピーチキン 給食週間ゼリー(フルーツ味) 飲むヨーグルト(牧家)			29 ほたての無償提供の日 ごはん さつまいもの味噌汁 ほっけザンギ 切り干し大根煮			(低)576 (中)625 (高)670 (中学)732 低30.0 中31.4 高32.7 中学35.0 すいとん、鶏肉、長ねぎ、ごぼう、人参、刻み揚げ、つと(赤濁)、かつおだし、食塩、しょうゆ、みりん、清酒 秋鮭、食塩、食用油脂(原材料の一部に鮭を含む) 干し大根、糖類、食塩、小麦たん白酵素分解物、醸造酢、酒精、とうがらし、ぬか類(原材料の一部に小麦を含む) 焼きのり 作り方：魚をほくしてご飯と混ぜて、茶碗をゆすって丸めて、のりで挟んで出来上がり！			(低)618 (中)676 (高)731 (中学)805 低17.6 中19.0 高20.4 中学22.3 ほたて、じゃがいも、玉葱、人参、カレールウ、豆乳クリーム、にんにく、フライドオニオン、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、チキンコンソメ みかん缶、白桃缶、バナナ、ナタデココ、アロニアパウダー、ヨーグルト、上白糖 ※伊達産のアロニアを使用			(低)746 (中)791 (高)838 (中学)887 低21.0 中22.3 高23.3 中学24.6 豆腐、長ねぎ、カットわかめ、刻み揚げ、かつおだし、みそ 牛肉、玉葱、しらたき、焼竹輪(えび、かに抜き)、三温糖、しょうゆ、みりん、清酒、かつおだし 干し大根、糖類、しょうゆ、食塩、酵母エキス、とうがらし(原材料の一部に小麦、大豆を含む)			(低)836 (中)852 (高)868 (中学)958 低29.9 中30.4 高30.9 中学33.7 玉葱、人参、小松菜、ブロッコリー、長いも、ベーコン(原材料の一部に卵、豚肉、大豆を含む)白菜、牛乳、生クリーム、チーズ、バター、食塩、こしょう、チキンコンソメ、パンセメルソース、シチュールウ(原材料の一部に乳、小麦、大豆、豚肉を含む) 鶏肉、還元水あめ、しょうゆ、食塩、にんにく、たん白加水分解物、香辛料、小麦粉、でん粉、糖類、デキストリン、大豆粉、植物油、粉末しょうゆ、揚げ油、加工でん粉、重曹、酸味料(原材料の一部に鶏肉、大豆、小麦を含む) ぶどう糖、果糖液糖、りんご果汁、グラニュー糖、ピーチ果汁、みかん果汁(原材料の一部にりんご、ももを含む)※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが付きます。※伊達産の生乳を使用！			(低)640 (中)692 (高)740 (中学)807 低23.0 中24.5 高25.7 中学27.6 さつまいも、人参、長ねぎ、ごぼう、刻み揚げ、かつおだし、みそ ほっけ、でん粉、しょうゆ、砂糖、還元水あめ、食塩、生姜、みりん、唐辛子、こしょう、にんにく(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 切り干し大根、しらたき、豚肉、三温糖、清酒、しょうゆ、サラダ油																																																		

ほたての無償提供!

今月の26日の噴火湾産ほたてカレーに入っているほたては、『噴火湾胆振海区漁業振興推進協議会』から地産ほたてのおいしさを知ってもらおうと無償で提供していただいた噴火湾産ほたてです。2014年から毎年無償でいただいています。感謝の気持ちを込めて残さず食べましょう!

牛肉の無償提供!

新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減ってしまった北海道の牛肉を食べて応援しよう!『道産牛肉学校給食提供推進事業』により無償で牛肉を提供していただくこととなりました。黒毛和牛を使用したメニューを、12月と1月に提供します。今月は27日に『道産牛丼』として登場します。感謝の気持ちを込めて残さず食べましょう!

ほっけザンギの無償提供!

新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減ってしまった北海道の水産物を食べて応援しよう!『道産水産物学校給食提供推進事業』により無償でほっけザンギを提供していただくこととなりました。今日の29日に提供します。感謝の気持ちを込めて残さず食べましょう!

全国学校給食週間

1月24日~30日

全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、毎年、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。学校給食は、もともと貧しい子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善させるためのものでしたが、現在では役割が大きく変わり、子どもたちが望ましい食習慣や食に関する正しい知識、実践する力を身につけるための重要な役割を担っています。

昔の学校給食について知ろう!

昭和25(1950)年~
アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まる。

昭和38(1963)年~
ソフトめんが開発され、人気メニューに。翌年には牛乳の本格供給が始まり、脱脂粉乳から牛乳へと切り替わっていく。

昭和51(1976)年~
米給食が正式に始まり、カレーライスや炊き込みご飯、ピラフなどが登場し、メニューの幅が広がっていく。

明治22(1889)年~
山形県鶴岡町の小学校で、貧しくて弁当を持ってこられない子のためにご飯や野菜を中心とした食事を提供したのが学校給食の始まり。その後、全国へと広がるが、戦争による食料難で中止される。

昭和22(1947)年~
戦後LARA(アジア救済公認団体)から寄贈された脱脂粉乳・缶詰・シチューの素などの物資を使い、学校給食が再開される。