6月

学校給食予定献立表

平成30年度　第526号

だて歴史の杜食育センター

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　634　2.4　19.9 中学年　672　2.6　20.4 高学年　708　2.7　21.0 中学生　780　3.0　22.4		●牛乳は毎日つきます。 ●食器は定数どおり入れ、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、上がエネルギー、下がたんぱく質です。		**6月分の給食費の口座振替日は、7月2日(月)になります。** **※残高不足にご注意下さい。**				**1** ごはん いも団子汁 ます塩焼き ほうれん草ともやしの和え物	(低)563 (中)610 (高)655 (中学)702 低23.2　中23.8　高24.7　中学28.1 プチいももち(じゃがいも、でん粉、砂糖、食塩、加水、加工でん粉)、プチかぼちゃもち(かぼちゃ、じゃがいも、でん粉、砂糖、食塩、加水、加工でん粉)、大根、刻み揚げ、長ねぎ、なるとスライス(魚肉、でん粉、砂糖、食塩、加工でん粉、調味料(アミノ酸)、酒精製剤)、みりん、しょうゆ、食塩、かつおだし ます、食塩 ほうれん草、人参、ささみ水煮(ささみ、食塩、重曹)、もやし、青じそドレッシング(しょうゆ、糖類、醸造酢、食塩、発酵調味料、梅肉、鰹節エキス、リンゴ、レモン果汁、ポークエキス、魚醤、青じそ)
4 ごはん ワンタンスープ 鶏のごま照り焼き 切り干し大根サラダ	(低)635 (中)680 (高)724 (中学)776 低24.9　中25.7　高26.5　中学27.7 肉ワンタン(小麦粉、食塩、かんすい、クチナシ色素、豚肉、玉葱、卵白、植物油脂、しょうゆ、でん粉、香辛料、食塩、調味料(アミノ酸))、人参、長ねぎ、もやし、生姜、みりん、食塩、こしょう、塩ラーメンスープ、鶏ガラスープ 鶏肉、パン粉、粉末状植物性たん白、植物油脂、ごま、しょうゆ、砂糖、ぶどう糖、発酵調味料、チキンエキス、食塩、粉末ガラスープ、魚介エキス、酵母エキス、増粘剤、重曹、香料、着色料 切り干し大根、キャベツ、コーン、人参、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、ひじき、しょうゆ、こしょう、ノンエッグマヨネーズ	**5** ごはん 韓国風すきやき 焼き目つきぎょうざ 2コ コーンとブロッコリーのサラダ	(低)608 (中)655 (高)698 (中学)755 低25.6　中27.3　高28.8　中学31.4 玉葱、豚肉、三温糖、焼き豆腐、長ねぎ、白菜、みりん、清酒、豆板醤、かつおだし、しょうゆ キャベツ、小麦粉、鶏肉、豚肉、豚脂、玉葱、ニラ、香辛料、粒状大豆たん白、なたね油、ごま油、食塩、清酒、でん粉、オイスターソース、たん白加水分解物、もち米粉、加工でん粉、しょうゆ、ポークエキス調味料、大豆粉、砂糖、サフラワー油 ブロッコリー、コーン、棒々鶏ドレッシング(しょうゆ、糖類、醸造酢、酒精、玉葱、食塩、みそ、調味料(アミノ酸等)、植物油脂、ごま、豆板醤、ほたてエキス、酸味料、生姜、にんにく、レモン果汁、たん白加水分解物)	**6** 茹でラーメン とんこつラーメン 一口ささみチーズフライ 2コ 原宿ドッグ(ココアバナナ味)	(低)698 (中)706 (高)715 (中学)790 低29.7　中30.3　高31.0　中学34.1 焼き豚、白菜、人参、長ねぎ、なるとスライス(魚肉、でん粉、砂糖、食塩、加工でん粉、調味料(アミノ酸)、酒精製剤)、わかめ、こしょう、ナンタンスープ、白湯スープ 鶏肉、玉葱、チーズ、粉末状大豆たん白、豚脂、トマトペースト、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)、パン粉、バッター粉(小麦粉、米粉、植物油脂、食塩、砂糖、でん粉、粉末状大豆たん白、乳化剤)、加工でん粉 卵白、砂糖、小麦粉、鶏卵、植物油脂、バナナピューレ、加糖卵黄、ココアパウダー、脱脂粉乳、牛乳、ゼラチン、増粘剤	**7** スライスパン じゃがいもニョッキのクリーム煮 ケチャップ肉団子 コーンソテー	(低)741 (中)763 (高)792 (中学)893 低23.6　中24.1　高25.0　中学27.6 北あかりニョッキ(じゃがいも、小麦粉、加工でん粉、鶏卵、食塩、上新粉)、玉葱、ベーコン(豚肉、卵たん白、大豆たん白)、人参、牛乳、パセリ、生クリーム、チーズ、バター、食塩、こしょう、チキンコンソメ、ベシャメルソース、ホワイトシチュールウ 鶏肉、豚肉、玉葱、パン粉、でん粉、粉末状植物性たん白、粒状植物性たん白、豚脂、食塩、たん白自己消化物、植物油脂、香辛料、調味料(アミノ酸)、カラメル色素、生姜、ピロリン酸第二鉄、トマトケチャップ、砂糖、醸造酢、しょうゆ 人参、とうもろこし、えんどう豆、バター、食塩、こしょう、しょうゆ	**8** ゆかりごはん ゆかりごはんのもと さつまいもと玉葱のみそ汁 白身魚フライ カレービーフン	(低)665 (中)702 (高)737 (中学)805 低19.4　中20.0　高20.6　中学22.0 赤しそ、砂糖、食塩、酵母エキス、リンゴ酸 さつまいも、刻み揚げ、人参、玉葱、長ねぎ、えのきたけ、みそ、かつおだし ホキ、パン粉、小麦粉、でん粉、食塩、調味料(アミノ酸) ビーフン、玉葱、植物油、赤ピーマン、人参、しょうゆ、豚肉、ピーマン、オイスターソース、砂糖、食塩、カレー粉、ポークエキス、魚介エキス、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、ジンジャーパウダー
11 ごはん 豚汁 白花豆コロッケ 白菜となめ茸の和え物	(低)587 (中)636 (高)678 (中学)731 低20.8　中22.1　高23.5　中学25.4 豚肉、ダイスポテト、豆腐、つきこんにゃく、大根、人参、長ねぎ、ごぼう、かつおだし、みそ 白花豆、乾燥マッシュポテト、砂糖、バター、脱脂粉乳、食塩、パン粉(小麦、大豆含む)、米粉、小麦粉、植物油脂 白菜、なめ茸(えのき茸、水あめ、砂糖、しょうゆ、発酵調味料、酵母エキス、食塩、こんぶエキス、魚醤、魚介エキス)、きゅうり、しょうゆ	**12** 麦入りごはん ポークカレー(乳アレルギー対応) アンデスメロン	(低)602 (中)659 (高)715 (中学)789 低19.4　中20.8　高22.4　中学24.6 カレールウ、豚肉、ダイスポテト、豆乳クリーム、玉葱、人参、にんにく、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、しょうゆ、フライドオニオン アンデスメロン	**13** 茹でうどん 五目うどん 大学いも	(低)648 (中)663 (高)678 (中学)753 低21.2　中22.0　高23.0　中学25.9 豚肉、刻み揚げ、うずらの卵、焼き竹輪(えびかに、でん粉、魚肉エキス、豚脂)、人参、長ねぎ、もやし、三温糖、清酒、みりん、しょうゆ、かつおだし さつまいも、大学いも用たれ(砂糖、水あめ、しょうゆ、食塩、酒精、増粘剤、甘味料、調味料(アミノ酸))、白ごま	**14** コッペパン 野菜とウインナーのスープ チキンのオーブン焼き(チーズ入り) マカロニサラダ	(低)668 (中)678 (高)691 (中学)785 低28.9　中29.4　高29.9　中学33.1 ウインナー(豚肉、豚脂肪、でん粉、香辛料、海藻粉末)、さやいんげん、玉葱、コーン、にんにく、オリーブ油、白ワイン、食塩、こしょう、チキンコンソメ、ブイヨングラニュール 鶏肉、パン粉、プロセスチーズ、粉末状植物性たん白、砂糖、植物油脂、しょうゆ、食塩、酵母エキス、乾燥赤ピーマン、乾燥パセリ、香辛料、乳化剤、重曹、香料、着色料 マカロニ、キャベツ、きゅうり、人参、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、ノンエッグマヨネーズ、食塩、こしょう	**15** ごはん 根菜汁 五目包子 2コ こんにゃくのポン酢和え	(低)518 (中)564 (高)613 (中学)709 低18.1　中19.3　高20.4　中学24.5 鶏肉、じゃがいも、人参、ごぼう、つきこんにゃく、長ねぎ、刻み揚げ、かつおだし、しょうゆ、みりん キャベツ、玉葱、人参、にら、鶏肉、豚肉、たら、でん粉、豆腐、ひじき、しょうゆ、砂糖、植物油脂、発酵調味料、食塩、生姜、オイスターソース、魚介エキス、魚介エキス調味料、香辛料、小麦粉、粉末油脂、還元でん粉糖化物、ぶどう糖、食塩、植物油脂、粉末状植物性たん白、豆腐用凝固剤、乳化剤、加工でん粉 柚子香りこんにゃく(こんにゃく、ゆず皮、昆布、食酢、醤油、食塩)、きゅうり、ポン酢
18 ごはん 白玉汁 チキンと豆腐のハンバーグ(小袋ソース) 野菜入り焼き肉	(低)661 (中)721 (高)774 (中学)850 低31.9　中34.5　高36.7　中学40.6 白玉もち(もち米、加工でん粉、酵素)、刻み揚げ、大根、長ねぎ、人参、かつおだし、みそ 鶏肉、豆腐、玉葱、パン粉、大豆油、砂糖、でん粉、脱脂粉乳、食塩、チキンエキス、トマトピューレ、豆腐用凝固剤 豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、生姜、清酒、食塩、こしょう、焼き肉のたれ(リンゴ、桃、梅、しょうゆ、砂糖、アミノ酸液、にんにく、玉葱、蜂蜜、還元水あめ、食塩、発酵調味料、りんご酢、白ごま、蛋白加水分解物、オニオンエキス、ごま油、香辛料、ポークエキス、カラメル色素)	**19** ごはん 炒り鶏 野菜入りコロッケ おかか和え ひじきのふりかけ	(低)662 (中)711 (高)752 (中学)807 低22.7　中24.2　高25.5　中学27.6 板こんにゃく、人参、大根、ごぼう、里芋、三温糖、たけのこ、みりん、清酒、かつおだし、しょうゆ、厚揚げ、鶏肉 じゃがいも、人参、とうもろこし、グリーンピース、玉葱、乾燥マッシュポテト、マーガリン、パン粉、小麦粉、植物油脂、砂糖、食塩、香辛料、加工でん粉、アミノ酸、乳化剤 白菜、焼き竹輪(えび、かに、でん粉、魚肉エキス、豚脂)、人参、鰹けずりぶし、ごま油、みりん、しょうゆ ひじき、砂糖、ごま、ドロマイト、みりん、食塩、鰹削り節、果糖ぶどう糖液糖、赤しそ、醸造酢、あじ削り節、しょうゆ、かつおぶしエキス、酵母エキス、酵母、クエン酸鉄ナトリウム	**20** ごはん 中華丼 コーン焼売 2コ	(低)553 (中)602 (高)649 (中学)708 低25.7　中27.6　高29.7　中学33.0 豚肉、むきえび、でん粉、たけのこ、玉葱、人参、白菜、生姜、花いか、うずらの卵、清酒、こしょう、塩ラーメンスープ、チキンコンソメ、鶏ガラスープ とうもろこし、魚肉すり身、玉葱、でん粉加工食品、難消化性デキストリン、パン粉、みりん、植物性たん白、小麦粉、大豆粉、調味料、砂糖、食塩、水あめ混合、異性化液糖、酵母エキスパウダー	**21** スライスパン グラタン煮 十勝大豆コロッケ ミニトマト 2コ	(低)736 (中)765 (高)787 (中学)885 低25.1　中25.7　高26.4　中学29.5 マカロニ、人参、玉葱、パセリ、コーン、ウインナー(豚肉、豚脂肪、でん粉、香辛料、海藻粉末)、生クリーム、牛乳、こしょう、チーズ、シチュールウ、ベシャメルソース じゃがいも、大豆、玉葱、乾燥マッシュポテト、パン粉、小麦粉、植物油脂、でん粉、砂糖、食塩、香辛料 ミニトマト	**22** ごはん えのきとわかめのみそ汁 いわしの梅煮 れんこんとごぼうのきんぴら	(低)572 (中)609 (高)644 (中学)693 低22.8　中23.4　高24.0　中学25.2 えのきたけ、わかめ、大根、豆腐、長ねぎ、みそ、かつおだし いわし、砂糖、しょうゆ、馬鈴薯でん粉、みりん、食塩、梅肉、酸味料、カラメル色素、香料(しそ乳化物) れんこん、ごぼう、さつま揚げ(魚肉、植物油、植物たん白、でん粉、砂糖、食塩、ぶどう糖、卵白、発酵調味液、魚介エキス)、白ごま、三温糖、しょうゆ、みりん、サラダ油
25 ごはん どさんこ汁 黄金豚メンチカツ(小袋ソース) 海藻サラダ	(低)620 (中)663 (高)703 (中学)757 低24.2　中25.2　高26.1　中学28.1 じゃがいも、つきこんにゃく、人参、長ねぎ、ごぼう、もやし、コーン、豚肉、豆腐、生姜、にんにく、みそ、かつおだし 玉葱、豚肉、豚脂、パン粉、和牛脂、砂糖、ウスターソース、しょうゆ、香辛料、食塩、調味料(アミノ酸等) きゅうり、ささみ水煮(ささみ、食塩、重曹)、海藻ミックス(ひじき、茎わかめ、ぶどう糖、昆布)、玉葱ドレッシング(玉葱、植物油脂、しょうゆ、糖類、醸造酢、食塩、調味料(アミノ酸等)、鰹エキス、香辛料、しいたけエキス、しいたけ、酵母エキス、赤ピーマン、増粘剤)	**26** 麦入りごはん ハヤシライス フルーツゼリー和え	(低)657 (中)718 (高)775 (中学)877 低21.7　中23.5　高25.2　中学28.1 豚肉、ダイスポテト、玉葱、人参、枝豆、生クリーム、チーズ、バター、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、こしょう、エスパニョールソース、ハヤシルウ みかん缶、パイン缶、白桃缶、ゼリーマスカット(ぶどう糖果糖液糖、砂糖、マスカット濃縮果汁、ゲル化剤、りんご濃縮果汁、クエン酸ナトリウム、香料、クエン酸鉄ナトリウム、ビタミンC)、カクテルゼリー(砂糖・ぶどう糖液糖、りんご果汁、ぶどう糖、水溶性食物繊維、寒天、ゲル化剤、香料、酸味料、クチナシ色素、着色料、水あめ、もも果汁、砂糖、寒天、ワイン、紅麹色素、ブドウ色素、豆乳)	**27** 茹でスパゲッティ スパゲッティミートソース ハッシュポテト	(低)710 (中)735 (高)761 (中学)832 低29.6　中31.3　高32.7　中学36.6 豚肉、大豆そぼろ、玉葱、三温糖、人参、ピーマン、チーズ、ウスターソース、食塩、ケチャップ 馬鈴薯、玉葱、米粉、食塩	**28** コッペパン ごろごろ野菜のスープ煮 クリスピーチキン ブロッコリーのドレッシング和え	(低)546 (中)554 (高)561 (中学)668 低22.5　中22.6　高22.7　中学29.1 ダイスポテト、かぶ、玉葱、人参、コーン、にんにく、ベーコン(豚肉、卵たん白、大豆たん白)、オリーブ油、白ワイン、食塩、こしょう、チキンコンソメ、ブイヨングラニュール 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、植物油脂、粉末しょうゆ、加工でん粉 ブロッコリー、玉葱、人参、青じそドレッシング(しょうゆ、糖類、醸造酢、食塩、発酵調味料、梅肉、鰹節エキス、リンゴ、レモン果汁、ポークエキス、魚醤、青じそ)	**29** ごはん 五色煮 さばの塩焼き 糸かまサラダ	(低)673 (中)722 (高)770 (中学)832 低31.4　中32.9　高34.5　中学36.8 さつまいも、つきこんにゃく、たけのこ、人参、さやいんげん、豚肉、野菜ミックスボール(たらすり身、でん粉、人参、砂糖、食塩、魚醤、酵母エキス、カロチノイド色素、植物油脂、とうもろこし、ほうれん草パウダー)、三温糖、清酒、かつおだし、しょうゆ さば、食塩 糸かまぼこ(たら、昆布エキス、かつお節エキス、でん粉、みりん、食塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉)、きゅうり、コーン、こしょう、食塩、ノンエッグマヨネーズ