



学校給食予定献立表



平成30年度 第527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
2 ごはん けんちん汁 さばの味噌煮 なめたけ和え	(低)490 (中)537 (高)581 (中学)633 低17.3 中18.4 高19.6 中学21.3 里芋、つきこんにゃく、長ねぎ、人参、豆腐、ごぼう、鶏肉、刻み揚げ、みりん、しょうゆ、かつおだし さば、小麦粉、みそ、グラニュー糖、発酵調味料 ほうれん草、もやし、焼きちくわ(魚肉でん粉、植物たん白、塩、魚肉エキス、豚脂)、しょうゆ、なめ茸(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	3 ごはん まーぼーはるさめ雨 ショーロンポー もやしのナムル	(低)635 (中)687 (高)740 (中学)812 低22.9 中24.1 高25.5 中学27.8 豚ひき肉、長ねぎ、ピーマン、人参、春雨、たけのこ水煮、生姜、にんにく、麻婆豆腐の素(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む)でん粉、三温糖、清酒、鶏ガラスープ、しょうゆ 豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、竹の子、生姜、豚脂、難消化性デキストリン、春雨、しょうゆ、でん粉、材料Aソース、砂糖、植物油、発酵調味料、塩、香辛料、小麦粉、小麦たん白、塩、ピロリン酸第二鉄、加工でん粉 きゅうり、もやし、人参、ささみ水煮(ささみ、食塩、重曹)、中華ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、ごま、鶏肉を含む)	4 茹でラーメン しょうゆ醤油ラーメン ポテトチーズもち	(低)574 (中)580 (高)586 (中学)661 低24.3 中25.1 高25.8 中学29.1 焼き豚、もやし、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) カットわかめ、醤油ラーメンのたれ、チンタン、こしょう 馬鈴薯、チーズフード、加工でん粉、砂糖、マーガリン、塩	5 七タメニュー スライスパン 七タスープ 星型コロッケ(小袋ソース) クリーミーサラダ	(低)689 (中)699 (高)710 (中学)805 低30.1 中30.7 高31.4 中学36.0 玉葱、人参、コーン、キャベツ、星型マカロニ、鶏肉、にんにく、パセリ、オリーブオイル、塩、こしょう、バジル、コンソメ、パイオングラニュール じゃがいも、玉葱、鶏肉、豚肉、乾燥マッシュポテト、パン粉、小麦粉、コーンフラワー、デキストリン、植物油、還元水あめ、でん粉、砂糖、塩、香辛料、炭酸Ca、ピロリン酸鉄 ブロッコリー、まぐろ水煮(まぐろ、食塩、重曹) コーンクリーミードレッシング	6 ごはん あいごもだんご 合鴨団子汁 さんまのカレー煮 フキの炒め煮	(低)601 (中)649 (高)693 (中学)742 低22.5 中23.6 高24.5 中学25.8 合鴨団子(原材料の一部に鶏肉、小麦、乳、大豆、卵を含む)、豆腐、つきこんにゃく、長ねぎ、人参、ごぼう、生姜、かつおだし、みそ さんま、砂糖、しょうゆ、みりん、香辛料、米粉、塩、玉葱、醸造酢、魚介エキス、風味調味料(アミノ酸等)、粉末昆布、寒天 フキ、人参、さつま揚げ、生姜、三温糖、しょうゆ、みりん、白ごま、植物油
9 ごはん すい水ぎょうざ はる春巻 チンジャオロース	(低)607 (中)658 (高)708 (中学)773 低22.1 中23.7 高25.2 中学28.0 水餃子(原材料の一部に小麦、卵、鶏肉、豚肉、乳成分、大豆、セリシソ(ごまを含む)、人参、もやし、長ねぎ、カットわかめ、にんにく、生姜、みりん、こしょう、酒、塩、ラーメンのたれ、しょうゆ) 小麦粉、キャベツ、粒状植物性たん白、ラード、人参、油揚げ、粉末水あめ、植物油、しょうゆ、春雨、でん粉、ショートニング、砂糖、鶏肉、大豆粉、塩、コンソメ、材料Aソース、ドレッシング、香辛料、脱脂粉乳、加工でん粉、調味料(アミノ酸)、着色色素、酸味料 豚肉、赤ピーマン、青ピーマン、玉葱、たけのこ水煮、酒、しょうゆ、でん粉、チンジャオロースの素(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む)	10 むぎい麦入りごはん チキンカレー(乳アレルギー対応) ヨーグルト和え	(低)671 (中)731 (高)790 (中学)893 低21.9 中23.5 高25.4 中学28.4 鶏肉、グレイプフルーツ、玉葱、人参、にんにく、カレーパウダー、豆乳クリーム、赤ワイン、フライドオニオン、チキンコンソメ、塩、ウスターソース、トマトピューレ、しょうゆ みかん缶、パイナップル、白桃缶、ヨーグルト、白砂糖、カクレゼリー(りんご果汁、桃果汁、豆乳、ゲル化剤、ピロリン酸第二鉄、寒天、ぶどう糖、リン、水あめ)	11 茹でスパゲティ ほうれん草とベーコンのクリームスパゲティ カルツォーネ	(低)676 (中)695 (高)712 (中学)771 低25.4 中26.0 高26.8 中学28.8 ベーコン(豚肉、卵たん白、大豆たん白)、玉葱、ほうれん草、しめじ水煮、牛乳、チーズ、白ワイン、チキンコンソメ、ベジメルトソース、シチュールウ、バター、塩、こしょう、にんにく 玉葱、鶏肉、トマトケチャップ、粒状植物性たん白、しょうゆ、にんにく、ピロリン酸調味料、砂糖、材料A調味料、塩、香辛料、皮(小麦粉、還元水あめ、塩、植物油、大豆粉)、加工でん粉、調味料(アミノ酸)、乳化剤、香料	12 コッペパン クイッティオスープ てや照り焼きハンバーグ シーチキンサラダ	(低)699 (中)707 (高)717 (中学)810 低26.0 中26.4 高26.8 中学30.2 クイッティオ(米、馬鈴薯)、人参、長ねぎ、ベーコン(豚肉、卵たん白、大豆たん白)、玉葱、チンゲンサイ、ミニかぼちゃ(原材料の一部に卵、小麦、かぼちゃ、豚肉を含む)、鶏ガラスープ、醤油ラーメンのたれ、酒、こしょう 鶏肉、玉葱、ペースト状植物性たん白、パン粉、豚脂、粒状植物性たん白、マーガリン、しょうゆ、牛肉エキス、塩、ウスターソース、ドレッシング、生姜、砂糖、香辛料、ぶどう糖、乾燥卵白、水あめ、酒、材料A キャベツ、きゅうり、人参、まぐろ水煮(まぐろ、食塩、重曹)、コーン、ノンエッグマヨネーズ、塩、こしょう	13 ごはん とくにやさい鶏肉と野菜のさっぱり煮 サーモンフライ(小袋ソース) だいこん大根サラダ	(低)631 (中)679 (高)727 (中学)788 低28.0 中29.8 高31.4 中学34.5 こんにゃく、人参、大根、たけのこ水煮、さやいんげん、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)、鶏肉、うずら卵、三温糖、にんにく、生姜、しょうゆ、穀物酢、かつおだし 鮭、パン粉、小麦粉、塩、調味料(アミノ酸)、乳化剤、増粘多糖類、でん粉、大豆たん白、卵白粉末、大豆粉、植物油、加工でん粉 大根、コーン、枝豆、柑橘ドレッシング
塩分・脂質平均栄養価は		17 ごはん さつま汁 たれ付き肉団子(小1コ 中2コ) ほうれん草とコーンのソテー	(低)591 (中)638 (高)680 (中学)789 低22.8 中24.2 高25.5 中学30.8 さつまいも、つきこんにゃく、人参、長ねぎ、ごぼう、豚肉、かつおだし、みそ 鶏肉、玉葱、豚肉、豚脂、牛肉、粒状植物性たん白、粉末状植物性たん白、ドレッシング、りんご果汁、小麦粉、不使用しょうゆ、塩、香辛料、酵母エキス、なたね油、加工でん粉、酢、砂糖、ぶどう糖、果糖液糖、材料A、着色色素、ゲル化剤、ピロリン酸第二鉄 ほうれん草、コーン、ベーコン、バター、塩、こしょう、しょうゆ	18 茹でうどん 関西風うどん かしわ天ぷら (中)動物ホットケーキ	(低)570 (中)584 (高)601 (中学)753 低26.4 中27.2 高28.3 中学33.4 豚肉、刻み揚げ、うずら卵、人参、長ねぎ、かまぼこスライス(原材料の一部に小麦、大豆、卵を含む)、酒、みりん、塩、関西風うどんだし(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 鶏肉、天ぷら粉、植物油、めんつゆ(原材料の一部に小麦、大豆、さばを含む) 小麦粉、全卵、砂糖、脱脂粉乳、果糖ぶどう糖液糖、植物油、卵、卵殻粉、塩、膨張剤、トレハロース、ピロリン酸第二鉄、香料、調味料、カラメル色素	19 スライスパン ウイナーと野菜のケチャップ煮 エビカツ キャベツサラダ	(低)825 (中)842 (高)859 (中学)974 低30.2 中30.7 高31.2 中学34.4 ウイナー、玉葱、じゃがいも、人参、さやいんげん、赤ワイン、トマトケチャップ、鶏からスープ、甘口チリソース(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、鶏肉を含む)、塩、こしょう えび、魚肉すり身、玉葱、キャベツ、植物性たん白、植物油、卵白、パン粉、でん粉、塩、砂糖、香辛料、ぶどう糖、加工でん粉、アミノ酸、着色料 キャベツ、大根、コーン、まぐろ水煮(まぐろ、食塩、重曹)、玉葱、ドレッシング(原材料の一部に大豆、小麦を含む)	20 ごはん ぶた豚キムチ丼 ジャーマンポテト	(低)633 (中)688 (高)740 (中学)812 低22.5 中24.3 高26.1 中学28.9 味付豚肉(豚肉、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、キムチの素、すりりんご、ラー油、玉葱、植物油、ごま油、酢、生姜、にんにく、こしょう、洋からし)、玉葱、ピーマン、人参、白滝、白菜キムチ(白菜、大根、玉葱、人参、にんにく、りんご、ごま、唐辛子、カットキャベツ、しょうゆ、調味料、三温糖、しょうゆ、みりん、酒 じゃがいも、玉葱、ベーコン、マーガリン、ラード、塩、香辛料、調味料(アミノ酸)、発色剤(亜硝酸Na)
23 ごはん もずくスープ 牛肉コロッケ(小袋ソース) ごぼうサラダ	(低)669 (中)710 (高)751 (中学)794 低18.0 中18.8 高19.6 中学20.8 もずく、豆腐、チンゲン菜、人参、長ねぎ、生姜、かまぼこスライス(原材料の一部に小麦、大豆、卵を含む)、鶏ガラスープ、中華玉、塩、こしょう 馬鈴薯、玉葱、人参、牛肉、パン粉、みそ、生姜、にんにく、植物油、小麦粉、米粉 ごぼう、きゅうり、人参、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、塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉)、ノンエッグマヨネーズ、塩、こしょう	24 ごはん あつあ厚揚げそぼろ煮 キャベツメンチカツ ブロッコリーと人参のごま和え	(低)710 (中)767 (高)817 (中学)887 低26.4 中28.0 高29.7 中学32.4 じゃがいも、厚揚げ、玉葱、人参、鶏肉、枝豆、三温糖、かつおだし、生姜、しょうゆ、でん粉 キャベツ、鶏肉、植物性たん白、豚脂、ペースト状植物性たん白、植物油、材料A、パン粉、コンソメ、植物油、材料A、加工でん粉、砂糖、塩、かつおだし、しょうゆ、香辛料、加工でん粉、アミノ酸、着色料、焼成Ca ブロッコリー、人参、ごま和えの素(ごま、砂糖、粉末しょうゆ、材料A、ごま油、塩、昆布エキス、材料A、でん粉、加工でん粉、調味料(アミノ酸))	25 ナン キーマカレー(乳アレルギー対応) フルーツゼリー和え	(低)565 (中)582 (高)599 (中学)742 低24.3 中25.7 高27.0 中学32.0 豚ひき肉、玉葱、人参、大豆、そぼろ、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、カレーパウダー、オニオン、パセリ みかん缶、パイナップル、白桃缶、マスカットゼリー(ぶどう糖、果糖液糖、砂糖、マスカット濃縮果汁、りんご濃縮果汁、ゲル化剤、クエン酸、香料)、カクレゼリー(りんご果汁、桃果汁、豆乳、ピロリン酸第二鉄)	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>6月分の給食費の口座振替日は、7月2日(月)になります。</p> <p>7月分の口座振替日は、7月31日(火)になります。</p> <p>※残高不足にご注意ください。</p> </div>		<ul style="list-style-type: none"> ●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こ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。 <p>※材料上段数字は、上がエネルギー、下がたんぱく質です。</p> <p>※お魚には骨が付いている場合もあります。ささらないように取り除くなど注意して食べましょう。</p>	