



学校給食予定献立表



平成30年度 第533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																				
<p>●牛乳は毎日つきます。</p> <p>●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。</p> <p>●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。</p> <p>●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。</p> <p>●はしは毎日持参してください。</p> <p>●都合により献立の一部が変更される場合があります。</p> <p>※材料上段数字は、エネルギー(Kcal)、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。ささらないよう取り除くなど注意して食べましょう。</p>		<p>1月分の給食費の口座振替日は、1月31日(木)になります。</p> <p>※残高不足にご注意ください。</p>		<p>16 ごはん</p> <p>すい 水ぎょうざ</p> <p>ロースカツ (小袋ソース)</p> <p>こまつな 小松菜のナムル</p>	<p>(低)580 (中)622 (高)664 (中学)710</p> <p>低19.8 中20.6 高21.4 中学22.4</p> <p>水餃子(原材料の一部に小麦、卵、鶏肉、豚肉、ごま、乳成分、大豆ゼラチンを含む)、人参、長ねぎ、生姜、かつわかめ、にんにく、清酒、みりん、しょうゆ、塩ラーメンスープ(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆、ごまを含む)</p> <p>豚ロース肉、食塩、加工でん粉、パン粉、でん粉、小麦粉、植物油、デキストリン、大豆粉(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)</p> <p>小松菜、もやし、人参、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)</p>	<p>17 コッパン</p> <p>やさい ごろごろ野菜の スープ煮</p> <p>ポークフランク (小袋ケチャップ)</p> <p>シーチキンサラダ</p>	<p>(低)602 (中)611 (高)621 (中学)723</p> <p>低32.0 中32.8 高33.6 中学38.2</p> <p>鶏肉、じゃがいも、かぶ、玉葱、人参、コーン、ショルダーベーコン(原材料の一部に豚肉を含む)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、グラニューール</p> <p>豚肉、馬鈴薯でん粉、豚血漿、食塩、砂糖、酵母エキス、香辛料</p> <p>キャベツ、人参、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、食塩、こしょう、ノンエッグマヨネーズ</p>	<p>18 ごはん</p> <p>ぶた 豚</p> <p>いわしの 梅煮</p> <p>はくさい 白菜となめ茸の 和え物</p>	<p>(低)595 (中)636 (高)662 (中学)732</p> <p>低25.6 中26.6 高27.2 中学30.3</p> <p>豚肉、じゃがいも、人参、つきこんにゃく、大根、ごぼう、長ねぎ、かつおだし、みそ</p> <p>いわし、水あめ、でん粉、梅肉ペースト、かつお削りぶし、調味料(原材料の一部に小麦、大豆を含む)</p> <p>白菜、なめ茸(原材料の一部に大豆、小麦を含む)、きゅうり、しょうゆ</p>																				
<p>21 ごはん</p> <p>みそ ごま味噌汁</p>	<p>(低)718 (中)772 (高)825 (中学)897</p> <p>低31.8 中34.1 高36.4 中学40.7</p> <p>豚肉、大根、人参、長ねぎ、豆腐、刻み揚げ、白ごま、練りごま、かつおだし、みそ</p>	<p>22 ごはん</p> <p>なべ キムチ鍋</p>	<p>(低)567 (中)614 (高)658 (中学)776</p> <p>低24.1 中25.9 高27.6 中学32.2</p> <p>味付き豚肉(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、りんご、ごまを含む)、焼き豆腐、白菜キムチ(原材料の一部に小麦、ごま、さば、大豆、りんごを含む)、長ねぎ、人参、玉葱、キムチ味(原材料の一部にりんご、えび、大豆、魚介類を含む)、みりん、清酒、しょうゆ、かつおだし</p>	<p>23 うどん</p> <p>とり 鶏南蛮うどん</p> <p>こうなご 小女子のかき揚げ</p> <p>なめらかプリン</p>	<p>(低)691 (中)699 (高)707 (中学)766</p> <p>低19.9 中20.6 高21.1 中学23.4</p> <p>鶏肉、人参、玉葱、長ねぎ、刻み揚げ、ほうれん草、みりん、しょうゆ、三温糖、鶏だし、とうがらし、そばつゆ(原材料の一部に小麦、大豆、さばを含む)</p> <p>小麦粉、玉葱、揚げ油、人参、ごぼう、しゅんぎく、乾燥いかなご、食塩、粉末状植物性たんぱく質、亜鉛含有酵母、調味料(アミノ酸等)、ベーキングパウダー、カロチノイド色素、ピロリン酸鉄(原材料の一部に小麦、大豆を含む)</p> <p>植物油、豆乳、水あめ、粉あめ、グラニュー糖、ぶどう糖、砂糖、でん粉、カラメルソース、酵母エキス、ゲル化剤、香料、炭酸Ca、加工でん粉、着色料、乳化剤、pH調整剤、クエン酸、Naトリスホロス(原材料の一部に大豆を含む)</p>	<p>24 スライスパン</p> <p>やさい 野菜とウインナーの スープ</p> <p>クリスピーチキン</p> <p>イタリアンサラダ</p>	<p>(低)639 (中)648 (高)655 (中学)784</p> <p>低26.0 中26.5 高27.0 中学37.7</p> <p>ウインナー(原材料の一部に鶏肉、豚肉、大豆を含む)、人参、さやいんげん、キャベツ、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、グラニューール</p> <p>鶏肉、還元水飴、しょうゆ、食塩、にんにく、たんぱく加水分解物、香辛料、小麦粉、でん粉、糖類、デキストリン、大豆粉、植物油(パーム油)、粉末しょうゆ、なたね油、加工でん粉、重曹、酸味料(米)(原材料の一部に鶏肉、大豆、小麦、米を含む)</p> <p>ブロッコリー、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、イタリアンドレッシング</p>	<p>25 ごはん</p> <p>お 雑煮</p> <p>とうふ 豆腐ハンバーグ (小袋ソース)</p> <p>ひじきの炒め煮</p>	<p>(低)586 (中)632 (高)675 (中学)732</p> <p>低21.8 中23.0 高24.2 中学25.6</p> <p>なるとスライス(原材料の一部に小麦を含む)、鶏肉、ごぼう、たけのこ、煮込み餅、しょうゆ、みりん、食塩、かつおだし</p> <p>植物性たんぱく質、玉葱、鶏肉、豆腐、豚脂、でん粉、みりん、砂糖、食塩、酵母エキス、香辛料、加工でん粉、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、豆腐凝固剤(原材料の一部に大豆、鶏肉、豚肉を含む)</p> <p>ひじき、人参、つきこんにゃく、刻み揚げ、三温糖、しょうゆ、サラダ油、清酒、みりん</p>																				
<p>28 ごはん</p> <p>いし 石狩汁</p> <p>こがねとん 黄金豚メンチカツ</p> <p>ふきの炒め煮</p>	<p>(低)609 (中)661 (高)709 (中学)735</p> <p>低24.7 中26.5 高28.2 中学31.1</p> <p>鮭ダイスカット、じゃがいも、大根、人参、長ねぎ、豆腐、生姜、みそ、かつおだし</p> <p>パン粉、でん粉、小麦粉、脱脂大豆粉末、食塩、加工でん粉、増粘多糖類、微粒二酸化ケイ素、玉葱、豚肉、正肉、豚脂、和牛脂、砂糖、ウスターソース、しょうゆ、香辛料、調味料(原材料の一部に小麦、大豆、牛肉、豚肉を含む)</p> <p>人参、ふき水煮、豚肉、生姜、三温糖、しょうゆ、みりん、白ごま、サラダ油、かつおだし</p>	<p>29 麦入りごはん</p> <p>ふん 噴火湾産ほたてカレー (乳アレルギー対応)</p> <p>フルーツ ヨーグルト和え</p>	<p>(低)660 (中)723 (高)784 (中学)853</p> <p>低20.6 中22.1 高24.0 中学26.6</p> <p>ほたて貝柱、じゃがいも、玉葱、人参、豆乳クリーム、にんにく、カレールウ、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、フライドオニオン、チキンコンソメ、しょうゆ</p> <p>みかん缶、白桃缶、ナタデココ、ヨーグルト、上白糖</p>	<p>30 ラーメン</p> <p>しお 塩ラーメン</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>給食週間ゼリー (フルーツ)</p>	<p>(低)617 (中)627 (高)637 (中学)745</p> <p>低28.2 中29.2 高30.1 中学35.1</p> <p>チャーシュー(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)、もやし、長ねぎ、カットわかめ、なるとスライス(原材料の一部に小麦を含む)、チキンスープ、こしょう、塩ラーメンスープ(原材料の一部に豚肉、鶏肉、りんご、小麦、大豆を含む)</p> <p>じゃがいも、玉葱、ウインナー(原材料の一部に豚肉を含む)、食塩、こしょう、サラダ油</p> <p>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、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、ビタミンC、酸味料、クエン酸第一鉄ナトリウム(原材料の一部にりんご、ももを含む)</p>	<p>31 コッパン</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>サーモンコロッケ</p> <p>オニオンサラダ</p>	<p>(低)679 (中)702 (高)718 (中学)780</p> <p>低23.6 中24.5 高24.9 中学28.7</p> <p>玉葱、人参、ベーコン(原材料の一部に豚肉、卵、乳、大豆を含む)、コーン、コンクリューム、バター、生クリーム、チーズ、脱脂粉乳、牛乳、こしょう、食塩、チキンコンソメ、コーンクリームスープ(原材料の一部に小麦、乳、牛肉を含む)</p> <p>じゃがいも、鮭、玉葱、砂糖、乾燥マッシュポテト、大豆油、食塩、炭酸カルシウム、香辛料、ピロリン酸第二鉄、パン粉、米粉、小麦粉(原材料の一部に小麦、大豆、小麦を含む)</p> <p>玉葱、大根、キャベツ、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、和風ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんごを含む)</p>																						
<p style="text-align: center;">塩分・脂質の平均栄養</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>1杯/Kcal</th> <th>塩分g</th> <th>脂質g</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>低学年</td> <td>629</td> <td>2.4</td> <td>20.3</td> </tr> <tr> <td>中学年</td> <td>662</td> <td>2.5</td> <td>20.7</td> </tr> <tr> <td>高学年</td> <td>693</td> <td>2.5</td> <td>21.1</td> </tr> <tr> <td>中学生</td> <td>781</td> <td>3.0</td> <td>23.0</td> </tr> </tbody> </table>											1杯/Kcal	塩分g	脂質g	低学年	629	2.4	20.3	中学年	662	2.5	20.7	高学年	693	2.5	21.1	中学生	781	3.0	23.0
	1杯/Kcal	塩分g	脂質g																										
低学年	629	2.4	20.3																										
中学年	662	2.5	20.7																										
高学年	693	2.5	21.1																										
中学生	781	3.0	23.0																										
<p>給食費口座振替日</p>																													