

平成30年

# 8・9月 予定献立表

甲佐町学校給食センター

日曜	献立名	血・肉・骨をつくるもの(赤)		力や熱になるもの(黄)		体の調子を整えるもの(緑)		調味料	アレルギー等
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等		
30 木	○チキンカレーライス ★にらとはるさめのサラダ	○とりにく ★たまご	牛乳 ○スルメ こなチーズ	○こめ むぎ じゃがいも ★さとう はるさめ	○あぶら ★ごまあぶら ごま	○★にんじん ★にら	○たまねぎ にんにく しょうが マッシュルーム ★キャベツ きゅうり	○カレー ウイン ソース 塩 こしょう しょうゆ ★酢 塩 こしょう	○乳 ★卵
31 金	○しょくパン ●つめたいバスタ いっしょくドレッシング ★とりとレバーのカシュナッツいため	●ツナ えび ★とりにく レバー	牛乳	○しょくパン ●スパゲティめん ●★さとう	●★あぶら ★カシュナッツ	●★にんじん ●トマト アスパラガス	●にんにく たまねぎ きゅうり ★ピーマン たけのこ	●塩 こしょう 酢 ドレッシング ★酒 しょうゆ みりん	●えび 乳 ★カシュナッツ
3 月	○むぎごはん ◆にくじゃが ★かみかみすめあえ	◆ぶたにく ★すめ	牛乳	○こめ むぎ ◆じゃがいも ◆★さとう	◆あぶら ★ごま	◆★にんじん ◆いんげん	◆たまねぎ こんにやく ★キャベツ きゅうり	◆しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ 酢	★イカ 乳
4 火	○ゆかりごはん ◆ひやしうどん ●ミニトマト ★シシャモフリッター	◆ツナ	牛乳 ◆わかめ ★シシャモフリッター	○こめ むぎ ◆うどんめん	◆ごまあぶら ★あぶら	◆にんじん ●ミニトマト	◆コーン きゅうり ○しそ	◆タレ しょうゆ みりん	
5 水	○しょくパン ◆イチゴジャム ●ぶたにくとじゃがいものにも ★ひじきサラダ	●ぶたにく ちくわ ★ツナ	牛乳 ★ひじき	○しょくパン ●じゃがいも マカロニ ◆イチゴジャム	●あぶら ★マヨネーズ	●★にんじん ●いんげん	●たまねぎ にんにく キャベツ ★きゅうり キャベツ	●しょうゆ 酒 塩 こしょう ★塩 こしょう	★卵
6 木	セルフオムライス(◆オムライスシート ○チキンライス) ●ポテトのスープ ★えだまめサラダ	◆オムライスシート ○とりにく ●ベーコン	牛乳	○こめ むぎ ●じゃがいも	○●★あぶら	○●にんじん ●パセリ	○たまねぎ マッシュルーム ●たまねぎ しめじ ★えだまめ きゅうり コーン	○塩 こしょう ソース ケチャップ ●コンソメ 塩 こしょう しょうゆ ★塩 こしょう 酢	◆卵
7 金	○コッペパン ◆ポークビーンズ ★コーンサラダ ●くだもの	◆ぶたにく だいす ★ツナ	牛乳	○コッペパン ◆さとう じゃがいも	◆あぶら	◆★にんじん ◆トマト	◆たまねぎ えだまめ にんにく ★キャベツ きゅうり コーン ●なし	◆ソース しょうゆ 塩 こしょう ワイン ★塩 こしょう 酢	
10 月	○むぎごはん ◆かぼちゃそぼろに ★きりほしだいこんのあえもの	◆ぶたにく あつあげ ★ツナ	牛乳	○こめ むぎ ◆じゃがいも ◆★さとう	◆あぶら ★ごまあぶら ごま	◆★にんじん ◆かぼちゃ	◆しょうが たまねぎ しいたけ こんにやく ★きりほしだいこん きゅうり	◆しょうゆ みりん 酒 ★しょうゆ 酢 塩	
11 火	○ハヤシライス ★バリバリポテトサラダ	○ぎゅうにく	牛乳 ○こなチーズ スキムミルク	○こめ むぎ ★じゃがいも	◆★あぶら	○★にんじん ○トマト	○たまねぎ グリンピース にんにく マッシュルーム ★キャベツ きゅうり ｺｰﾝ	○ハヤシルー ウイン ソース 塩 こしょう しょうゆ ★ドレッシング	○乳 ★乳
12 水	○しょくパン ●しるビーフン ★さかなのバーベキューソース	●えび・あさり ぶたにく ★ホキ	牛乳	○しょくパン ●ビーフン ★さとう	●★あぶら ●ごまあぶら	●にんじん ねぎ	●キャベツ たけのこ たまねぎ しいたけ ★にんにく たまねぎ えのき	●ちゅうかスープ しょうゆ 塩 こしょう ★しょうゆ 酒 みりん	●えび あさり
13 木	○むぎごはん ●マーボー豆腐 ★ナムル ◆ぎょうざ	●ぶたにく とうふ みそ ◆ぎょうざ	牛乳	○こめ むぎ ●★さとう ●でんぷん	○あぶら ★ごまあぶら	●★にんじん ●ねぎ ★にら	●たけのこ しいたけ にんにく しょうが たまねぎ ★もやし	○酒 しょうゆ トウバンジャン ★しょうゆ 酢	
14 金	○まるパン ●オムレツ ◆ミネストローネ ★フルーツヨーグルト	◆ベーコン ●オムレツ	牛乳 ★ヨーグルト	○まるパン ●さとう でんぷん こむぎ	●◆あぶら	◆にんじん パセリ トマト	◆キャベツ 玉ねぎ にんにく ★パナ りんご ★みかん パイン もも	◆コンソメ 塩 こしょう しょうゆ	★乳 ●卵
18 火	○むぎごはん ●みそしる ◆さんまのおろしに ★やさいのもみづけ	◆とうふ あぶらあげ みそ ●さんまのおろしに	牛乳 ◆いりこ ★こんぶ	○こめ むぎ	●あぶら ★ごまあぶら ごま	◆★にんじん ◆かぼちゃ ねぎ	◆こんにやく ごぼう しいたけ ★キャベツ きゅうり	◆酒 ★しょうゆ	★昆布
19 水	○ミルクパン ★はんかんゼリー ●なすのでづくりミトグラタン ◆にらたまじる	●ぎゅうにく ぶたにく ◆たまご	牛乳 ●こなチーズ ミックスチーズ	○ミルクパン ●パンこ ★ゼリー ◆でんぷん	●◆あぶら	●◆にんじん ●ねぎ ◆にら	●なす たまねぎ にんにく マッシュルーム ◆たまねぎ きくらげ	●ケチャップ 塩 こしょう ソース ウイン ナツメグ ◆塩 ガラスープ こしょう しょうゆ	●乳 ◆卵
20 木	○むぎごはん ◆てづくりつくだに ●だいすのいそに ★やさいのピーナッツあえ	●とりにく あげ だいす てんぷら ◆かつおぶし	牛乳 ●くわカメ ◆こんぶ いりこ	○こめ むぎ ●★さとう	●◆あぶら ★ピーナッツ ◆ごま	●★にんじん	●しいたけ たまねぎ えだまめ ごぼう ★キャベツ きゅうり もやし	●しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ ◆しょうゆ 酢 みりん	★ピーナッツ ◆こんぶ
21 金	白旗小学校リクエスト給食 ○こめこいりにんじんパン ◆バリバリやさそば ★あんにと豆腐	◆ぶたにく えび あさり	牛乳 ★あんにと豆腐	○にんじんパン ●やきそば てんぷら ★がけソース さとう	◆あぶら ごまあぶら	◆にんじん きぬさや	◆たまねぎ もやし キャベツ たけのこ きくらげ ★ みかん(缶) パイン(缶) もも(缶)	◆しょうゆ 酒 塩 こしょう 中華スープ ★ワイン	★乳 ◆あさり えび
25 火	○むぎごはん ●おつきみだんご ◆おやこに ★やさいのゆかりあえ	◆とりにく たまご	牛乳	○こめ むぎ ●★さとう ●おつきみだんご ◆じゃがいも	◆あぶら	◆にんじん ◆ねぎ	◆たまねぎ ★きゃべつ もやし しそ	◆しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ	◆卵
26 水	○しょくパン ◆ソフトチーズ ●ぶたにくとはるさめのにも ★ミニトマトのサラダ	●ぶたにく えび たまご ★ツナ	牛乳 ◆ソフトチーズ	○しょくパン ●はるさめ ●★さとう	●★あぶら ●ごまあぶら	●にんじん いんげん ★ミニトマト	●たまねぎ たけのこ キャベツ しょうが しいたけ ★きゅうり コーン	●しょうゆ 塩 こしょう 酒 ★塩 こしょう ウインピネガー	●卵 えび ◆乳
27 木	○むぎごはん ◆ぶたじる ●いわしのにも ★きゅうりのごまあえ	●いわしのにも ◆とうふ ぶたにく	牛乳 ◆いりこ	○こめ むぎ ★さとう	◆あぶら ★ごま	◆★にんじん ◆ねぎ かぼちゃ	◆しいたけ だいこん ごぼう こんにやく ★もやし きゅうり	●しょうゆ みりん 酒 ◆酒 ★しょうゆ	
28 金	○コッペパン ●りんご ◆クリームシチュー ★かいそうサラダ	◆とりにく	牛乳 ★かいそう ◆スルメ こなチーズ	○コッペパン ◆じゃがいも ★さとう	◆★あぶら	◆★にんじん ◆フロコリー ★パセリ	◆マッシュルーム たまねぎ ★コーン きゅうり ●りんご	◆シチュールー 塩 こしょう ワイン ★塩 こしょう 酢	◆乳 ★昆布

※ 献立は都合により変更になることがあります。ご了承ください。