

平成29年

8・9月

よていこんだてひょう

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 水	○しよくパン ●みかんジャム ◆ひやしちゅうか ★はるまき	◆丼か たまご ★はるまき	牛乳 ◆ワカメ	○しよくパン ◆ちゅうかめん さとう ●ジャム	◆ごまあぶら ★あぶら	◆にんじん	●きゅうり コーン もやし	◆タレ 酢 しょうゆ	◆卵
31 木	○ハヤシライス ★パリパリポテトサラダ	○ぎゅうにく	牛乳 ○こなチーズ	○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 トマト	○ハヤシルー ワイン ソース 塩 こしょう しょうゆ ★ドレッシング	○乳 ★乳
1 金	○しよくパン ●さかなのバーベキューソース ◆やさいのスープ ★フルーツヨーグルト	◆ベーコン ●ホキ	牛乳 ★ヨーグルト	○しよくパン ●さとう でんぷん こむぎこ	◆◆あぶら	◆にんじん パセリ チンゲンサイ	●にんにく しょうが たまねぎ ◆キャベツ 玉ねぎ ★バナナ みかん(缶) パイン(缶) もも(缶)	●しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう ◆コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	★乳
4 月	○むぎごはん ◆ふたじる ●さんまのしょうがに ★きゅうりのごま和え	◆とうふ ぶたにく みそ ●さんま	牛乳 ◆いりこ	○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 ★きゅうり もやし	◆酒 ★しょうゆ 塩	
5 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 ★ツナブリッパ	牛乳 ◆わかめ	○こめ むぎ ◆うどんめん ★でんぷん こむぎこ	◆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 ★塩 こしょう しょうゆ	
6 水	○げんまいパン ◆ポークビーンズ ★コーンサラダ ●くだもの	◆ぶたにく だいず ★ツナ	牛乳	○げんまいパン ◆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	
7 木	○むぎごはん ◆マーボーはるさめ ★やさいのナムル ●えびしゅうまい	◆ぶたにく あかみそ ●えびしゅうまい	牛乳	○こめ むぎ ◆さとう はるさめ	◆あぶら ★ごまあぶら	◆★にんじん ◆ねぎ ★にら	◆たまねぎ しょうが にんにく たけのこ しいたけ ★もやし きゅうり	◆塩 こしょう 酒 しょうゆ トウバンジャン ★しょうゆ 酢	●えび
8 金	○しよくパン ●オムレツ ◆ミネストローネ ★かいそうサラダ	◆ベーコン ●オムレツ	牛乳 ★かいそう	○しよくパン ◆じゃがいも ★さとう	◆あぶら ★ごま ごまあぶら	◆トマト パセリ ★にんじん	◆たまねぎ にんにく キャベツ ★コーン きゅうり	◆コンソメ しょうゆ しお こしょう ワイン ★塩 こしょう 酢	●卵 ★昆布
11 月	○むぎごはん ◆とうふのすましじる ●さばのこうみだれ ★やさいのいそあえ	◆かつおぶし とうふ ●さば	牛乳 ★のり ◆こんぶ わかめ	○こめ むぎ ●さとう	◆あぶら	◆にんじん ◆●ねぎ	◆えのき しいたけ ●たまねぎ しょうが ★きゅうり もやし キャベツ	◆しょうゆ 塩 ●しょうゆ みりん 酒 ★しょうゆ	
12 火	○むぎごはん ◆かぼちゃそぼろに ★パンサンス	◆ぶたにく あつあげ ★たまご 丼か	牛乳	○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 ◆かぼちゃ	◆しょうが たまねぎ えだまめ こんにやく ★きゅうり	◆しょうゆ みりん 酒 ★しょうゆ 塩 酢	★卵
13 水	○こめこパン ◆パリパリやきそば ★あんにとんどうぶ	◆ぶたにく えび あさり	牛乳 ★あんにとんどうぶ	○こめこパン ◆やきチャーメン ★カクテルゼリー	◆あぶら ごまあぶら	◆にんじん きぬさや	◆たまねぎ もやし しょうが たけのこ きくらげ しいたけ 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 えび あさり
14 木	○オムライス (チキンライス うすやきたまご グリアソース) ◆ポテトのスープ ★えだまめサラダ	○とりにく たまご ◆ベーコン	牛乳 ★ワカメ	○こめ むぎ さとう ◆じゃがいも	○◆●あぶら	○◆★にんじん ◆パセリ	○マッシュルーム グリルピース ○◆たまねぎ ★コーン えだまめ きゅうり	○ワイン クチャップ 塩 こしょう ◆塩 こしょう コンソメ ワイン ★塩 こしょう 酢	○卵
15 金	○あげパン ◆ポトフ ★ワカメとツナのごまサラダ	○きなこと ◆とりにく ウィンナー ★ツナ	牛乳 ★ワカメ	○コッパパン くろさとう ★さとう ◆じゃがいも	◆○あぶら ★ごま	◆★にんじん	◆たまねぎ だいこん キャベツ コーン えだまめ ★キャベツ きゅうり	◆コンソメ 塩 こしょう しょうゆ ★しょうゆ 酢	
19 火	○むぎごはん ◆けんちんじる ●きびなごてんぷら ★やさいのピーナッツあえ	◆とうふ かつおぶし とりにく	牛乳 ◆こんぶ ●きびなご	○こめ むぎ ★さとう	◆●あぶら ★ピーナッツ	◆★にんじん ◆ねぎ	◆しいたけ だいこん ごぼう ★もやし キャベツ きゅうり きくらげ	◆塩 しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ	★ピーナッツ
20 水	○かぼちゃパン ★ばんかんゼリー ●なすのてづくりミートグラタン ◆にらたまじる	●ぎゅうにく ぶたにく ◆たまご ベーコン	牛乳 ●こなチーズ ミックチーズ	○かぼちゃパン ○パンに ★ゼリー ◆でんぷん	◆●あぶら	◆◆にんじん ●パセリ ◆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	●チキナー ワイン 塩 こしょう ソース ナツメグ ◆しお こしょう しょうゆ ガラスープ	●乳 ◆卵
21 木	○むぎごはん ●てづくりつくだに ◆おやこに ★にらとはるさめのあえもの	◆とりにく たまご ●かつおぶし	牛乳 ◆こんぶ いりこ	○こめ むぎ ●★さとう ★はるさめ ◆じゃがいも	◆あぶら ★ごまあぶら ★ごま	◆★にんじん ★にら ◆ねぎ	◆たまねぎ ★きゅうり きくらげ	◆塩 しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ 塩 こしょう 酢 ●酢 みりん しょうゆ	◆卵 ●昆布
22 金	○しよくパン ◆つめたiusパグティ ●レバーとカシュナッツいため	◆えび イカ たこ ●とりにく レバー	牛乳	○しよくパン ●スパグティめん ●さとう でんぷん	◆●あぶら ●カシュナッツ	◆にんじん トマト パセリ ●ピーマン	◆たまねぎ きゅうり コーン アスパラガス にんにく	◆ドレッシング 塩 こしょう ワインピネガー しょうゆ ●しょうゆ 酒 みりん	◆乳 イカ えび たこ
25 月	○ビーフカレーライス ★かみかみサラダ	○ぎゅうにく ★だいず みそ チキンハム	牛乳 ★いりこ ○スライス	○こめ むぎ じゃがいも	○あぶら ★マヨネーズ アーモンド	○★にんじん	○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	○カレールー 塩 こしょう ワイン ソース ★塩 こしょう 酢	○乳 ★卵
26 火	○むぎごはん ●サバのカレーあげ ◆ワカメととうふのみそじる ★やさいのもみづけ	◆とうふ みそ あぶらあげ ●サバ	牛乳 ★こんぶ	○こめ むぎ ●さとう でんぷん こむぎこ	◆あぶら	◆●にんじん ◆ねぎ	◆だいこん えのき たまねぎ ★キャベツ きゅうり	●カレー粉 酒 ★しょうゆ	★昆布
27 水	○しよくパン ●ソフトチーズ ◆ぶたキムチめん ★きりぼしだいこんサラダ	◆ぶたにく みそ ★ツナ	牛乳 ●ソフトチーズ	○しよくパン ◆スパグティめん ★さとう	◆あぶら ★ごまあぶら ごま	◆★にんじん ◆にら	◆しめじ キャベツ たまねぎ はくさいキムチ ★キャベツ きゅうり きりぼしだいこん	◆しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう ★しょうゆ 酢 塩 こしょう	●乳
28 木	○むぎごはん ◆じゃがいものうまに ★やさいのおかかあえ	◆とりにく あつあげ ちぎりあげ ★かつおぶし	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 きりぼしだいこん ★キャベツ きゅうり	◆しょうゆ 酒 みりん ★しょうゆ 酢	
29 金	○コッパパン ◆クラムチャウダー ★ツナサラダ	◆ベーコン あさり まめペースト ★ツナ	牛乳 ◆スライス こなチーズ	○コッパパン ◆じゃがいも ★さとう	◆★あぶら ★ピーナッツ	◆★にんじん ◆ブロッコリー	◆マッシュルーム たまねぎ ★キャベツ きゅうり	◆シチュールー 塩 こしょう ワイン ★塩 こしょう 酢	◆乳 あさり

※ 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。