8 • 9月学校給食予定献立表 かつらぎ町教育委員会 ★★★★★こどもロコモ対策として、月に数回ビタミンD強化献立を取り入れています。カルシウムだけでなく、ビタミンDも意識して摂取し、強い骨作りを心がけましょう。★★★★★ 本町の学校給食では、かつらぎ町の農家さんが作ってくれた玄米を「金芽米加工」して使用しています。また、パンを月2回提供し、金芽米米粉を使用したパンを提供いたします。 8月28日 8月25日 8月26日 8月27日 8月29日 ●ごはん 633/834 ●ごはん 612/794 ●ごはん 612/831 ●ごはん 670/924 ●ごはん 626/824 ●カレーライス ●すぶた ●アトヤセしうどん ●マーボーどうふ ●ホキのてんぷら(うめだれ) 牛もも(和牛)赤身 人参 生姜 カレー粉 ☆カレールウ トマトケチャ: 米ぬか油(築野 50 ッナ缶(マグロ油漬)フレーク.ライ(15 オクラ 10 ☆そうめんつゆ 10 50 ☆濃口醤油 9 みりん(本みりん) 9 いりごま 7 上白糖 豚もも(大型)赤身 純米酒 っさどん(冷) 木綿豆腐(冷)Fe.Ca.繊維 50 仕_A 1 上白糖 1.5 ☆湿口醤油 1.5 ☆型口醤油 70 米酢 15 純米酒 15 トマトケチャップ 0.5 かたくり粉 ホキ マスぷら粉 40 ★中華だし(顆粒) 55 上白糖 5 純米酒 5 ★トウバンジャン ・ノッ プラックマッへ もやし 人参 人参 たまねぎ じゃがいも しめじ(ほぐししめじ) にんにく 杷木淵 しいたけ(干・乾) たまねぎ 水 米ぬか油(築野食品) 物内 人参 人参 たまねぎ ☆まぐろカツ 15 ●おかかあえ ヒーマン たけのこ(水煮缶詰) 米ぬか油(築野食品) ☆マグロカツ(ヤヨイ) 1こ 米ぬか油 ●コロコロサラダ 小松菜 人参 かつお節 **☆**のりつくだに 1ふくろ オリーブ油 ☆濃口醤油 こしょう(混合) 食塩 ●プロッコリーのサラダ ●カラフルサラダ ●れいとうパイン 1ふくろ コーン・冷⅓ ☆ 枝豆(冷凍 ブロッコリー(冷) 20 切干大根 ☆ちりめんじゃこ 3 ☆ごまドレッシング 赤ピーマン 小松菜 レモン(果汁) ●とんじる レモン(ネハ) 上白糖 ☆濃口醤油 米ぬか油(築野食品) 米酢 上白糖 25 10 5 ・、44米 コーン・冷凍 ハム(ロー^{ォ)} 20 ☆きざみ揚げ 20 ☆みそ(米)淡色辛みそ 20 ☆だしパック 5 米ぬか油(築野食品) **☆あつやきたまご** 豚もも(大型)赤身 かぼちゃ(冷凍) 12 **☆ファイパーヨーグルト** 17 **☆かみかみくろまめ** ☆ぎょうざ 小:2こ 中:3こ 1ふくろ 米ぬか油(築野食品) 月44c しめじ(ほぐししめじ) **☆こざかなつくだに** 9月1日 9月2日 9月3日 9月4日(ビタミンD強化献立) 9月5日 ●ごはん ●ごはん 616/831 ●ごはん 614/843 ●ごはん ●ごはん ●ちくぜんに ●とりにくのなんばんなき ●やさいいため ●**て**りもきハンパーゲ ●さけのマヨネーブもき 30 いんげん(冷) 15 上白糖 10 みりん(本みりん) 15 ☆濃口醤油 15 ☆淡口醤油 10 株米酒 10 株米酒 1.2 ☆だしパック -60 米酢 1 一味唐辛子 3 かたくり粉 3 ☆ハンバーグ 上白糖 ☆濃口醤油 みりん(本みりん) 純米酒 かたくり粉 鶏もも(若鶏) 純米酒 豚もも(大型)赤身 鮭 こしょう(混合) 50 みりん(本みりん) 0.05 ☆ノンエッグマヨネ・ 鶏もも(若鶏) ごぼう 食塩 こしょう(混合) オイスターソース ☆中華だし(顆粒) 米ぬか油(築野食品) たまねぎ キャベツ 60 30 15 0.2 上白糖 ●プロッコリーとコーンのサラダ ほねく ●ポパイサラダ 人参 突きこんにゃく(生いも) イヤベン 人参 にんにく ブロッコリー(冷) コーン・冷凍 上白糖 15 ☆濃口醤油 15 レモン(果汁) 0.8 米ぬか油(築野食品) ●わかめサラダ 上白糖 食塩 こしょう(混合) ☆ノンエッグマヨ(小袋) 突ぎこんにゃく(生 里芋(冷凍) なうずら卵(水煮) しいたけ(干・乾) 15 | ☆枝豆(冷凍) 5 | ☆カットわかめ 1 | ☆ごまドレッシング ほうれん草(冷凍) じゃがいも **●ちゅうかあえ** 突きこんにゃく(生いも) コーン・冷凍 半^歌 ●きんぴらごぼう ブラックマッヘ もやしきゅうり 上白糖 米酢 ☆ラー油 **かさつまいものてんぷら 1**こ 火酢 鶏挽肉 上白糖 みりん(本みりん) 類状内 人参 ごぼうささがき(冷) 突きこんにゃく(生い・ たまねぎ ☆大豆水煮 コーン・冷凍 マカットわかめ ☆さつまいも(天ぷら) | 1こ| 米ぬか油(築野食品) ●たまねぎとじゃがいものみそしる ●コンソメスー 40 ☆濃口醤油 10 練米酒 20 ☆だしパック 10 ☆ごま油 0.6 ●やさいのじゃこあえ 35 小松菜(冷) 5 ☆コンソメ(顆粒) 10 ☆淡口醤油 5 こしょう(混合) 10 25 ごぼうささがき(冷) 20 青ねぎ 15 ☆みそ(米)淡色辛みそ 5 ☆だしパック たまねぎ 切干大根 人参 小松菜 0.5 米酢 10 ☆淡口醤油 30 上白糖 5 ☆ごま油 0.64 1.2 0.64 0.48 ☆ぎょうざ 小:2こ 中:3こ 人参 ☆厚揚げ(冷) ほぐし・カット 1ふくろ ☆かみかみくろまめ ☆あじつけのり 1ふくろ 大豆水煮 ☆うめびしお 1/5/2 9月12日 9月8日 9月9日 9月10日 9**月**11日 ●ごはん ●ごはん 611/825 ●ごはん 655/839 ●ごはん 630/864 ★きりめいりきんめまいパン 613/859 ●とりにくのパリパリやき ●ごもくマ ●カレーヌードル どうふ ●とりにくのうめやき ☆ホットドッグ □ ☆中華だし(顆粒) 35 上白糖 55 純米酒 5 ☆トウバンジャン 0.2 ☆アンメンジャン 0.2 かたくり粉 1.8 米ぬか油(築野食品) 60 ☆濃口醤油 0.3 みりん(本みりん) 2 いりごま 2 上白糖 ☆中華麺 豚もも(大型)赤身 たまねぎ ☆枝豆(冷凍) 30 小松菜(冷) 30 ☆中華だし(顆粒) 35 ☆カレールウ 10 カレー粉 15 米ぬか油(築野食品) ウインナー(ホットドッグ用) キャベツ 人参 60 食塩 0.8 こしょう(混合) 鶏もも(若鶏) ☆高野豆腐 鶏挽肉 鶏もも(若鶏) にんにく こったく 純米酒 梅肉 ●ピーンズサラダ ●コーンクリーハスープ キャベツ ☆大豆水煮 ☆枝豆(冷凍 人参 しめじ(ほぐししめじ) ●キャベツのごまあえ たまねぎ 小松菜(冷) しめじ(ほぐししめじ) えのき(ほぐし・カット) ☆大豆水煮 コーン・冷凍 45 コーン缶(クリーム) 10 ☆牛乳(調理用普通牛乳) 10 ☆脱脂粉乳 10 ☆コンソメ(顆粒) 0 ☆ゴンソメ(顆粒) 0 ☆ボタージュの素FFe 10 こしょう(混合) **●ポテトサラダ** ●さつまいものみそしる じゃがいも きゅうり コーン・冷凍 食塩 こしょう(混合) 米酢 上白糖 ●きゅうりのピリからあえ さつまいも たまねぎ な木綱豆腐(常)Fe,Ca機維 人参 突きこんにゃく(生いも) 5 ●やさいのたまごとじ きゅうり ☆カットわかめ いりごま 30 ☆ごま油 0.3 米酢 0.3 ☆ラー油 1.8 一味唐辛子 しいたけ(干・乾) 上白糖 みりん(本みりん) **☆チーズ** ★ミニフィッシュ 1ふくろ いりこま ☆濃口醤油 ト白糖 かまりの(本) ☆淡口醤油 純米酒 **☆**はるまき ア 厚揚げ(冷) 1 こ 10 米ぬt **9月17日** 9月16日 9月15日 9月18日(ビタミンD強化献立) ●ごはん ●ごはん 617/818 ●ごはん ●ごはん 607/819 568/786 585/770 けいろうのひ ●そぼろに ●チキンカレー ●さばのごまみそやき ●とりにくのバ-ベキューソース 40 上白糖 35 ☆淡口醤油 40 ☆濃口醤油 15 みりん(本みりん) 10 ☆だしパック 5 米ぬか油(築野食品) 鶏もも(若鶏) 人参 たまねぎ 35 生姜 15 カレー粉 60 ★カレールウ 35 トマトケチャップ 10 米ぬか油(築野食品) 50 純米酒 1.9 みりん(本みりん) 1.5 いりごま 鶏もも(若鶏) 純米酒 なりんごピューレ 60 上白糖 1 ☆濃口醤油 4.8 一味唐辛子 さば ☆みそ(米)淡色辛みそ 上白糖 じゃがいも たまねぎ 人参 突きこんにゃく(生い グリンピース(冷凍) たまねこ じゃがいも しめじ(ほぐししめじ) にんにく ●すのちの ●ポイルやさい ☆ちくわ きゅうり 切干大根 ブロッコリー(冷) と枝豆(冷凍) ●やさいのばいにくあえ ●グリーンサラダ 10 ☆濃口醤油 10 かつお節 10 かりん(本みりん) 0.3 上白糖 2 ●こんにゃくのみそしる 20 ブロッコリー(冷) 5 ☆和風ドレッシング きゅうり キャベツ きゅうり コーン・冷凍 たまねぎ 突きこんにゃく(生いも) 5 ☆ みそ(米)淡色辛みそ 15 ☆ だしパック かぼちゃ(冷凍) 20 ●すましじる しいたけ(干・乾) しめじ(ほぐししめじ) えのき(ほぐし・カット 大根 ☆カットわかめ ☆淡口醤油 人参 切干大根 梅肉 ★ソフールげんきヨーグルト 1こ ☆やきししゃも 小:2び 中:3び 食塩 ☆だしパック 9月22日 9月23日 9月25日(ビタミンD強化献立) 9月26日 ●ごはん 566/755 ●ごはん 651/864 ●ごはん 599/764 ☆きんめまいパン 585/733 しゅうぶんのひ ●ホキのカレーソース ●あつあげのみそいために **●**いわしのかばやき ●とりだんごのトマト<u>に</u> 30 みりん(本みりん) 45 上白糖 50 ☆みそ(米)淡色辛みそ 15 ☆みそ(米)淡色辛みそ ☆中華だし(顆粒) 0.3 米ぬか油(築野食品) 3.64 50 みりん(本みりん) 1.25 2 上白糖 1.25 0.3 ☆ソース(とんかつ) 1.25 ホキ 純米酒 カレ一粉 ☆濃口醤油 鶏もも(若鶏) ☆厚揚げ(冷) たまねぎ 人参 青ねぎ まいわし かたくり粉 生姜 純米酒 ●かぼちゃサラダ **●キャベツのこんぶあえ** 生姜
純米酒 0.02 こしょう(混合) 米ぬか油(築野食品) 30 赤えんどう(ゆで) 5 米酢 1 上白糖 かぽちゃ(冷凍) ッナ缶(マグロ油漬)フレーク,ライト レモン(果汁) キャベツ 人参 25 ☆塩昆布 5 米酢 **●ちゅうかカラフルサラダ** ●ぐだくさんみそしる 10 青ねぎ 10 しいたけ(干・乾) 30 ☆みそ(米)淡色辛みそ 15 ☆だしバック ●かいそうサラダ 5 ☆ハム(ロース) 5 上白糖 15 ☆濃口醤油 ●コンソメスープ ☆海藻ミックス 小松菜 豚もも(大型)赤身 と厚揚げ(冷) 0.5 コーン・冷凍 30 ☆和風ドレッシング 1 ☆大豆水煮 30 たまねぎ 10 ☆コンソメ(顆粒) 10 ☆濃口醤油 5 こしょう(混合) しいたけ(干・乾) ☆白玉団子 しめじ(ほぐししめじ) えのき(ほぐし・カット) 青ねぎ たまねぎ かぽちゃ(冷凍) えのき(ほぐし・カット) ☆オムレツ 12 小:20 中:30 **☆しゅうまい ☆こざかなつくだ**に 1ふくろ 献立表の数値・数量は原則小学校中学年1人当たいの値です。 低学年…約10%減。高学年…約10%増、中学生・・・約30%増にないます。 都合により、献立もしくは食材を変更する場合があります。変更した場合は学校へ連絡いた します。給食では毎日、牛乳がつきます。また、メニューに応じて著もしくはスプーンがつきま 9月29日(ビタミンD強化献立) 9月30日 ※8月・9月の生産者さん※ 592/786 ●ごはん ●ごはん 608/817 ●さけのしおだれやき ●ぶたにくのおろし<mark>どんぶり</mark> 下にしている。 下はも(大型)赤身 たまねぎ 人参 青ねぎ 大根(おろし) 大生姜 1切 ☆ごま油 0.2 食塩 3 こしょう(混合) 55 純米酒 60 上白糖 10 みりん(本みりん) 5 ★ 四番 コート 阪口さん…たまねぎ ●はりはりづけ 3 ☆淡口醤油 20 上白糖 5 米酢 切干大根 小柳さん…きゅうり・じゃがいも ちりめんじゃこ あぶらあげのごまずあえ 35 いりごま 5 上白糖 0.5 ☆濃口醤油 5 米酢 ●こうやとうふのにもの 30 いんげん(冷) 25 ☆濃口醤油 5 上白糖 10 みりん(本みりん) 1.5 ☆だしパック 15 米ぬか油(薬野食品) 鶏むね(若鶏) たまねぎ ☆高野豆腐 **☆ソフールげんきヨーグルト 1**こ 16< **☆のりつくだに**