

A cluster of stylized pink flowers with yellow centers and green stems, located at the bottom left of the page.

A cluster of stylized pink flowers with yellow centers and green stems, located at the bottom right of the page.

[illegible]



9 月 分 学 校 給 食 献 立 予 定 表



日 / 曜	欠食校 ・ 行事等	献立名	あか おもに体をつくる食品		みどり おもに体の調子を整える食品		き おもにエネルギーになる食品		栄養成分表示			
									エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
16 / 火	柵倉小学校 希望献立	わかめごはん 鶏肉の唐揚げ アルファベットスープ	牛乳 チーズサラダ クレープ	わかめご飯の素 鶏肉 星型チーズ	きゅうり コーン マッシュルーム パセリ	キャベツ たまねぎ にんじん	ごはん 片栗粉 油	クレープ アルファベットマカロニ	515 724 833	16.7 24.6 28.4	18.0 24.1 26.1	1.8 2.3 2.8
17 / 水	柵小 1年生	黒糖コッペパン 白身魚のパン粉焼き かぼちゃのポターージュ	牛乳 寒天サラダ	牛乳 わかめ 寒天	白身魚 ベーコン	きゅうり キャベツ かぼちゃ	大根 たまねぎ	黒糖コッペパン 油 パン粉 パンキンポターージュの素	396 626 755	16.4 26.3 31.5	11.8 18.7 21.1	1.6 2.3 2.8
18 / 木	かみかみ 献立	ごはん 揚げぎょうざ もやしのみそ汁	牛乳 れんこんきんぴら	牛乳 鶏肉 みそ	ぎょうざ 油揚げ	れんこん いんげん もやし ねぎ	ごはん 油	さとう	376 608 702	12.0 19.9 22.1	10.8 17.8 19.2	1.3 1.8 2.1
19 / 金	近幼	ジャジャめん 枝豆フリッター	牛乳 パンサンスー	牛乳 鶏肉 みそ チキンハム 大豆	きゅうり にんじん ねぎ 枝豆フリッター	キャベツ もやし 干しいたけ	中華めん 春雨 さとう	油 ごま油	480 692 870	18.7 27.2 33.5	17.8 26.9 30.3	2.1 2.7 3.3
22 / 月	柵幼	ごはん ヤンニョムチキン 中華コーンスープ	牛乳 五目ビーフン	牛乳 豚肉	鶏肉 鶏卵	にんじん キャベツ はくさい コーン	小松菜 干しいたけ ねぎ	ごはん さとう ごま油 ビーフン 油	419 629 742	18.6 26.7 31.0	12.3 18.2 20.2	1.6 2.0 2.3
23		秋分の日										
24 / 水	柵倉町産 ブルーベリーを 使った献立	ブルーベリーパン 白身魚磯辺フライ オニオンスープ	牛乳 ポテトサラダ	牛乳 チキンハム	白身魚磯辺フライ ベーコン	にんじん きゅうり	たまねぎ 小松菜	ブルーベリーパン じゃがいも 油	436 667 825	17.0 25.2 31.9	15.1 22.8 26.7	1.5 2.2 2.7
25 / 木	社幼	ごはん 豆腐ハンバーグ さつま芋汁	牛乳 塩昆布和え	牛乳 豚肉 みそ	豆腐ハンバーグ 塩昆布 豆腐	えのき 大根 にんじん	たまねぎ キャベツ 小松菜	ごはん さとう	376 628 753	14.2 22.8 27.0	7.7 15.5 17.6	1.6 2.4 3.0
26 / 金		ツナごはん 道産野菜のふくら寄せ いんげんのみそ汁	牛乳 かぼちゃサラダ	牛乳 道産野菜のふくら寄せ 油揚げ みそ	ツナ チキンハム わかめ	にんじん グリーンピース きゅうり いんげん	コーン かぼちゃ たまねぎ	ごはん じゃがいも	471 679 787	17.6 24.6 27.6	14.7 20.7 22.7	1.9 2.4 2.7
29 / 月	近幼	ごはん 春巻き 春雨スープ	牛乳 豚キムチ	牛乳 豚肉	春巻き	はくさい ねぎ キャベツ チンゲン菜	にら キムチ コーン しめじ	ごはん 油 さとう	418 680 776	10.9 18.1 20.3	15.5 26.0 27.6	1.4 1.9 2.2
30 / 火		ごはん 県産鶏つくね どさんこ汁	牛乳 ほうれん草のいそ和え	牛乳 のり 豚肉	県産鶏つくね ベーコン みそ	ほうれん草 にんじん もやし	キャベツ たまねぎ コーン	ごはん ごま油 じゃがいも	401 664 756	14.8 24.9 27.3	12.4 21.7 22.6	1.7 2.3 2.6

※ 栄養価の欄は、上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の摂取栄養量です。

※ 天候や急激な価格の高騰等のため、献立が変更になる事があります。予めご了承ください。

※ アレルギーなどで知りたい食品等がありましたら、給食センターの栄養士までご相談ください。(TEL33-3438)

合計:20食

1ヵ月平均

429	15.8	13.5	1.7
653	23.6	20.7	2.3
776	27.6	23.1	2.7