



きゅうしよくだより

2017年9月
幕別町幕別学校給食センター

日種	献立名	熱や力になる	おもに体をつくる	おもに体の調子を整える
1金	チーズパン 牛乳	パン	牛乳	幕別町小学生国内研修が、夏休みに行われました。埼玉県上尾市、高知県中土佐町、神奈川県開成町において、参加した児童は地域の方と交流を深めました。交流のある地域の特色を給食で学べる様、実施可能な上尾市と中土佐町の名産を取り入れました。
	マカロニスープ ポークチャップ カットりんご	マカロニ ジャがいも 菜種油	チキンエキス ポークエキス ほっけエキス 豚肉 醤油	
4月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	4日は、北海道の郷土料理である石狩汁です。
	いそぎの香りたまご焼き すき焼き風煮物 石狩汁 ※魚の骨に気を付けて食べましょう。	砂糖 ごま油 菜種油 砂糖	卵 青のり かつおだし 醤油 豚肉 高野豆腐 醤油 かつおだし 鮭(さけ) 豆腐 昆布 かつおだし こんぶだし みそ	
5火	小松菜元氣うどん 牛乳	うどん 菜種油 砂糖	鶏肉 醤油 かつおだし こんぶだし しば節 にぼし 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ 長ねぎ しいたけ
	お好み焼き(ソースポトル) ヨーグルト	小麦粉 やまいも あげ玉 大豆油 砂糖	卵 おきあみ いか かつお節エキス さばエキス 醤油 ゼラチン 脱脂粉乳 寒天 ゼラチン	キャベツ 長ねぎ 埼玉県は小松菜の生産量が全国第1位です。野菜の中でもカルシウムの多い野菜で、骨をしようぶにという意味も込められている。上尾市のB級グルメ「小松菜元氣うどん」をアレンジしました。
6水	ごはん 牛乳 きのこ汁	ごはん	牛乳	昔、高知県は、土佐(とさ)と呼ばれていました。「かつお漁の盛んな土佐」が由来となり、野菜などをかつお節と一緒に煮た料理を土佐煮と呼ぶようになりました。
	肉団子(小1中2個)	菜種油 砂糖 ごま パン粉 豚脂 菜種油	かつおだし こんぶだし みそ かつお節 さつまあげ かつおだし 醤油 鶏肉 醤油 大豆	
7木	麦ごはん 牛乳	ごはん 米粒麦	牛乳	中土佐町は海に面していて漁業が盛んです。高知県は、全国でも有数のかつお漁が盛んな地域です。
	ポークビーンズカレー ミックスフルーツ	じゃがいも 菜種油 米粉 砂糖	豚肉 黄大豆 青大豆 手亡豆 金時豆 白いんげん豆	
8金	チョコチップパン 牛乳	パン	牛乳	中土佐町は海に面していて漁業が盛んです。高知県は、全国でも有数のかつお漁が盛んな地域です。
	さつまいもポターージュ サーモンフライ(ソースポトル) ハムサラダ	さつまいも 小麦粉 菜種油 小麦粉 パン粉 大豆油	牛乳 バター チキンエキス ポークエキス 鮭(さけ) 卵白 大豆 ハム(豚肉 鶏肉 卵白 かつお節エキス)	
11月	ごはん 牛乳 中華スープ えびしゅうまい(小中2個) 回鍋肉(ホイコーロー)	ごはん 春雨 菜種油 豚脂 小麦粉 菜種油 砂糖 落花生 ビーナツペースト ごま油	牛乳 鶏ささみ もずく チキンエキス たら えび チキンエキス いわしエキス 粉末大豆 豚肉 醤油 オイスターオイル	もやし 長ねぎ しいたけ 玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく 生姜
	みそラーメン 牛乳 いも団子 ぶどうゼリー	ラーメン ラード ごま じゃがいも 砂糖 菜種油 砂糖	豚ひき肉 くわわかめ チキンエキス 大豆 かつおエキス みそ 牛乳 醤油 乳	白菜 もやし 玉ねぎ 人参 メンマ 長ねぎ にんにく 生姜
12火	まごはやさしい丼 牛乳 みそ汁 小松菜のおかか和え	ごはん ごま 砂糖	豚ひき肉 ひきわり大豆 ひじき 醤油 牛乳 高野豆腐 かつおだし こんぶだし みそ かつお節 醤油 まぐろエキス	「まごはやさしい」という合言葉は、ま:豆 ご:ごま ほ(わ):わかめ(海そう類) やさ:野菜 しい:しいたけ(きのこ類)の頭文字を取っており、今回はこれらの食材を丼の具に使用しています。昔から和食に取り入れられてきた食材ですが、意識していないと食べ忘れてしまいがちな食材です。
	ごはん 牛乳 のりのつくだに みそ汁 丸ごと食べられるざんま(しょうゆポトル) がんもどきの煮物	ごはん 砂糖 ごま 菜種油 砂糖	牛乳 のり 醤油 わかめ かつおだし こんぶだし みそ ざんま 醤油 がんもどき 鶏肉 かつおだし 醤油	木耳 キャベツ 切干大根 長ねぎ えのきだけ 人参 こんにゃく
15金	クロコロバーガー 横割り卵パン 黒豆コロッケ(ソースポトル) スライスチーズ 千切りキャベツ 牛乳	パン じゃがいも 小麦粉 菜種油	黒豆 パン粉(乳・卵) チーズ	「まごはやさしい」という合言葉は、ま:豆 ご:ごま ほ(わ):わかめ(海そう類) やさ:野菜 しい:しいたけ(きのこ類)の頭文字を取っており、今回はこれらの食材を丼の具に使用しています。昔から和食に取り入れられてきた食材ですが、意識していないと食べ忘れてしまいがちな食材です。
	トマトときのこのスープ	ごま 菜種油 砂糖	牛乳 ベーコン(豚肉・乳・大豆) エキス(チキン・ポーク・ほっけ) 鶏肉 ひきわり大豆 エキス(チキン・ポーク・ビーフ・ほっけ)	トマト缶 人参 玉ねぎ ぶなしめじ マッシュルーム 人参 玉ねぎ ぶなしめじ マッシュルーム にんにく トマト
19火	トマトソースパグティエー (スパグティエー) 牛乳 イタリアンサラダ もものタルト	オリーブオイル バター 小麦 スパグティエー 菜種油 オリーブオイル 酢 菜種油 砂糖 砂糖 米粉	パスタオイル(生乳) 牛乳	レタス きゅうり 黄ピーマン ドレッシング(トマト 玉ねぎ) もものピューレ
	麦ごはん 牛乳 チキンカレー ゼリーのフルーツあえ	ごはん 米粒麦 じゃがいも 菜種油 米粉	牛乳 鶏肉 白いんげん豆	人参 玉ねぎ トマト にんにく かぼちゃパウダー 白桃缶 りんご缶 みかんゼリー
21木	ごはん 牛乳 中華風たまごスープ 棒棒鶏(ハンパングー) 焼きようざ(小中2個)(きょうざたれ)	ごはん ごま油 ごま 砂糖 ごま油 大豆油 ごま油 小麦粉	牛乳 卵 醤油 ささみ水煮 醤油 オイスターエキス 鶏肉 豚肉 卵白 オイスターソース 醤油 大豆	人参 玉ねぎ 長ねぎ コーン缶 しいたけ 木耳 もやし きゅうり ドレッシング(玉ねぎ 長ねぎ 生姜 にんにく りんご酢) キャベツ たら 玉ねぎ
	あずきパン 牛乳 コンソメスープ チキンチーズ焼き ジャーマンポテト	パン コンソメスープ パン粉 じゃがいも	牛乳 ポークウィンナー エキス(チキン・ポーク・ほっけ) 鶏肉 チーズ 醤油 ベーコン(豚肉) エキス(チキン・ポーク・ほっけ)	キャベツ 玉ねぎ ぶなしめじ パセリ 赤ピーマン 玉ねぎ パセリ
25月	ごはん 牛乳 みそ汁 肉じゃが さばのみそ煮	ごはん じゃがいも 菜種油 砂糖 砂糖	牛乳 豆腐 昆布 かつおだし こんぶだし みそ 豚肉 ひじき かつおだし 醤油	もやし 長ねぎ えのきだけ 人参 玉ねぎ しらたき
	醤油ラーメン 牛乳 ミニアメリカンドック(小中2個) 和梨ゼリー	ラーメン ラード ごま油 大豆油 小麦粉 菜種油 砂糖	豚肉 くわわかめ 醤油 エキス(ポーク・チキン・かつお) ゼラチン 牛乳 魚肉ソーセージ(たら) かつおエキス 大豆	人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ メンマ 木耳 なし果汁
27水	わかめごはん 牛乳 みそ汁 岩鶏のごま照り焼き 厚揚げの煮物	ごはん わかめ 牛乳 砂糖 ごま パン粉 砂糖 菜種油	わかめ 牛乳 さつまあげ もずく かつおだし こんぶだし みそ 鶏肉 醤油 エキス(チキン・ポーク・いわし) パン粉(乳)	人参 白菜 長ねぎ 人参 こんにゃく
	ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉の炒め物 なめたけ和え	ごはん 菜種油 砂糖 砂糖	牛乳 油揚げ かつおだし こんぶだし みそ 豚肉 醤油 みそ 醤油 エキス(かつお・あさり・いわし)	大根 長ねぎ ぶなしめじ 人参 玉ねぎ こんにゃく 生姜 小松菜 もやし えのきだけ
29金	バターパン 牛乳 ミートボールシチュー オムレツ(ケチャップポトル) ひじきのケチャップ炒め	パン 小麦粉 大豆油 菜種油 砂糖 大豆油 菜種油 砂糖	牛乳 鶏肉 豚肉 牛乳 大豆 卵 豚ひき肉 粒状大豆 ひじき 醤油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム 卵 ピーマン 長ねぎ トマトケチャップ

※材料の都合で、献立の一部を変更することがありますのでご了承ください。

8月 小学校 エネルギー695Kcal たんぱく質27.3g 脂質22.8g 塩分3.3g 中学生 エネルギー830Kcal たんぱく質 32.6g 脂質26.3g 塩分4.0g
9月 小学校 エネルギー682Kcal たんぱく質27.7g 脂質21.6g 塩分3.5g 中学生 エネルギー830Kcal たんぱく質 33.4g 脂質25.1g 塩分4.1g