

献立表

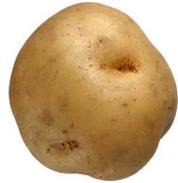


平成24年度
弥彦小学校

~今月の弥彦産~



えだまめ



じゃがいも

たまねぎ

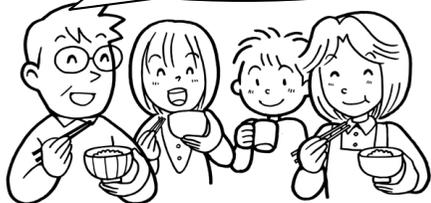


かぼちゃ

気持ちいいね！食事のあいさつ★

いただきます！

ごちそうさまでした！



給食では、560人で食事のあいさつをしています。

☆献立は都合で変更する場合があります。

☆お米は100%弥彦産コシヒカリです。

日	曜	献立名			ご家庭で とってほしい 食品	使用する主な食品			エネルギー キー量 (kcal)
		主食	牛乳	おかず		体をつくる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
8月	木	フィッシュ バーガー	○	【ひらけ丸パン フィッシュフライ スライスチーズ ゆで枝豆 レタススープ	いも類	牛乳 チーズ タラ 豆腐 ベーコン	パン 小麦粉 油	枝豆 しめじ にんじん レタス たまねぎ	612
8月	金	夏野菜カレー ・麦ごはん	○	ふくじんづけ フルーツポンチ	海そう類	牛乳 ぶた肉	米 麦 油 ルウ ゼリー	たまねぎ にんじん なす ピーマン かぼちゃ トマト 枝豆 福神漬 みかん パイン もも りんご レモン	688
3	月	豚丼 (麦ごはん)	○	ゆばのみそ汁 パインシャーベット	緑の葉 の野菜	牛乳 豚肉 ゆば みそ	米 麦 じゃがいも シャーベット	たまねぎ にんじん こんにゃく たけのこ こまつな ねぎ	636
4	火	ごはん	○	いかのチリソース きゅうりのピリカラ 華風コーンスープ	くだもの	牛乳 いか たまご とうふ ハム	米 かたくり粉 油	ねぎ きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん えのき チンゲン菜	556
5	水	ごはん	○	豚肉のしょうが焼 なめたけあえ もずくのみそ汁	種実類	牛乳 豚肉 もずく 油揚 豆腐 みそ	米 じゃがいも	なめたけ ほうれんそう キャベツ にんじん ねぎ えのき	576
6	木	冷やし中華 (中華めん・タレ)	○	冷やし中華の具 魚介とじゃがいもの揚煮 梨	豆・ 豆製品	牛乳 たまご ハム えび いか	めん ごま かたくり粉 油 じゃがいも さとう	きゅうり にんじん キャベツ もやし 切干大根 梨	645
7	金	ごはん	○	ちやわんむし ゆかりあえ 夏野菜の揚煮	海そう類	牛乳 たまご 豚肉	米 ごま	キャベツ きゅうり かぼちゃ なす ピーマン たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん	581
10	月	チキンドリア	りんご	【ドリアソース・カレーピラフ】 大豆サラダ	いも類	とり肉 牛乳 大豆 ハム	米 麦 バター ルウ アーモンド	にんじん たまねぎ マッシュルーム とうもろこし グリンピース りんご キャベツ きゅうり	558
11	火	ごはん	○	さばのてり焼 五目ひじき じゃがいものみそ汁	種実類	牛乳 さば ひじき さつま揚 打ち豆 油揚げ みそ	米 油 さとう じゃがいも	こんにゃく しいたけ いんげん にんじん たまねぎ えのき こまつな	567
12	水	ごはん	○	とりのたつた揚 中華サラダ みそワタンスープ	小魚類	牛乳 とり肉 ハム わかめ 豚肉 なると みそ	米 さとう 油 ワタん皮	にんじん キャベツ きゅうり かんてん チンゲン菜 えのき しなちく ねぎ	626
13	木	ミニアップル チップパン	○	リヨネーズソー 卵とトマトのスープ 梨	豆・ 豆製品	豚肉 チーズ たまご ベーコン わかめ	パン かたくり粉 油 さとう じゃがいも スパゲッティ	にんじん たまねぎ パセリ トマト チンゲン菜 もやし 梨	572
14	金	ごはん	○	肉団子のケチャップソース シャーマンポテト 生揚げのみそ汁	海そう類	牛乳 豚肉 とり肉 ウインナー チーズ バター 生揚げ みそ	米 さとう じゃがいも	たまねぎ とうもろこし パセリ ほうれんそう えのき ねぎ	618
18	火	マーボー丼 (麦ごはん)	○	ハンサンスー アップルシャーベット	種実類	豚肉 豆腐 みそ ハム たまご 牛乳	米 麦 油 さとう 春雨 アップルシャーベット	しいたけ たけのこ にんじん たまねぎ ねぎ いら もやし きゅうり	638
19	水	ごはん	○	ホキのアーモンドみそ 差わかめのきんぴら あさり汁	くだもの	牛乳 ホキ みそ わかめ ぶた肉 あさり とうふ 油揚 みそ	米 油 さとう アーモンド ごま	こんにゃく ごぼう にんじん ピーマン ねぎ えのき こまつな	574
20	木	カレーなんばん (うどんめん)	○	えびしゅうまい 2個 ふくじんあえ	いも類	牛乳 とり肉 えび たら	めん ルウ かたくり粉 小麦粉 ごま	たけのこ しいたけ たまねぎ にんじん ほうれんそう ねぎ ふくじんづけ きゅうり キャベツ	659
21	金	ごはん	○	たまご焼き もやしのナムル 肉じゃが	豆・ 豆製品	牛乳 たまご ハム ぶた肉	米 ごま 油 じゃがいも	もやし きゅうり にんじん たまねぎ ごぼう しめじ いんげん	584
24	月	♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪ 8・9月生まれのお誕生日給食です！ ♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪							
25	火	ごはん	○	タンドリーチキン ごぼうサラダ こまつなのみそ汁	くだもの	牛乳 とり肉 ハム 油揚 みそ	米 マヨネーズ ごま じゃがいも	ごぼう にんじん きゅうり ねぎ キャベツ もやし こまつな えのき	592
26	水	ごはん	○	さんまのおかか煮 れんこんのごまあえ お月見汁	いも類	牛乳 さんま とり肉 卵豆腐 なると	米 さとう ごま 白玉 かたくり粉	れんこん キャベツ ほうれんそう にんじん えのき ねぎ チンゲン菜	649
27	木	ハムチーズ バーガー	○	【カット丸パン ハムチーズフライ】 ミックスサラダ ミネストローネ	海そう類	牛乳 ハム チーズ かまぼこ ベーコン 大豆 チーズ	パン 小麦粉 油 マカロニ バター じゃがいも	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん たまねぎ セロリー いんげん トマト	648