

平成30年度 8・9月の学校給食予定献立表

大和町学校給食センター

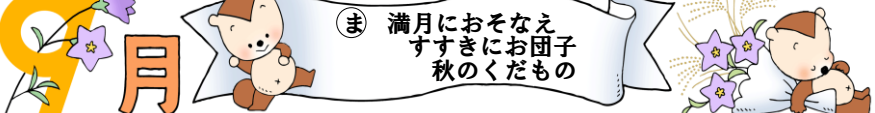
日	曜	給食のない 学校 学年 など	ス プ ーン	献立名	赤の食べ物 血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)	緑の食べ物 体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	黄の食べ物 熱や力になる (炭水化物・脂質)	栄養価	
								栄養価・小 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂 質(g) 塩 分(g)	栄養価・中 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂 質(g) 塩 分(g)
2学期始業式									
27	月								
28	火			ごはん ハンバーグチャップソース 海藻サラダ(和風ドレッシング) えのきたけのみそ汁	牛乳、鶏肉、わかめ、いりか、煮干し、みそ、豆腐、油揚げ	トマト、きゅうり、もやし えのきたけ、たまねぎ	ごはん、ドレッシング、三温糖	618 29.1 20.2 2.8	798 36.4 24.3 3.9
29	水	大和中	◎	横割りの丸パン 鮭チーズメンチカツ(ソース) キャベツのサラダ(コンドレッシング) ポークビーンズ	牛乳、さけ、チーズ、豚肉、大豆 生クリーム	キャベツ、きゅうり、とうもろこし、 にんにく、たまねぎ、にんじん、 トマト、グリーンピース、えだまめ	横割りの丸パン、米ぬか油 ドレッシング、パン粉、小麦粉 サラダ油、じゃがいも、三温糖	631 25.3 23.5 2.9	793 30.8 28.4 3.6
30	木	吉岡小2年		わかめごはん アサヒオサブロー卵焼き 切干大根の炒り煮 なめこ汁 *宮床小 C・Aさん リクエストメニュー*	牛乳、わかめ、鶏卵、油揚げ、煮干し みそ、豆腐	にんじん、干しいだけ 切り干し大根、グリーンピース だいこん、なめこ、ねぎ	ごはん、サラダ油、三温糖	574 22.7 16.4 2.6	716 26.5 18.2 3.3
31	金	小野小6年 小野小5の2、5の3	◎	夏野菜カレー(ごはん) ごぼうサラダ ぶどうゼリー	牛乳、豚肉、ハム	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、トマト、りんご、なす かぼちゃ、ごぼう	ごはん、サラダ油、じゃがいも ごま、マヨネーズ、ゼリー カレールウ	691 20.5 20.9 3.0	876 24.9 25.3 3.7
9/3	月	宮床小 吉田小 吉岡小5年		ごはん 香巻き 小松菜のナムル(ナムルドレッシング) みそスープ	牛乳、豚肉、鶏肉、みそ	ごま、な、もやし、にんじん、 しょうが、たまねぎ、とうもろこし にら、たけのこ、キャベツ	ごはん、米ぬか油、ドレッシング サラダ油、じゃがいも、ごま油、ごま はるさめ、小麦粉	639 17.8 23.5 2.5	780 20.8 25.4 3.1
4	火	吉岡小5年 宮床小4年		ごはん 鶏肉のレモン風味 野菜のごま酢和え すいとん汁 *熊黒小 S・Kさん リクエストメニュー*	牛乳、鶏肉、油揚げ、かつお節	レモン、きゅうり、にんじん、もやし、 干しいだけ、ごぼう、だいこん まいどり、ねぎ	ごはん、でんぶ、米ぬか油、三温糖、 すいとん	644 28.3 16.4 3.1	818 34.0 18.8 4.0
5	水	吉岡小1・5年	◎	パンフキンパン オムレツ(クチャップ) ブロッコリーサラダ(伊例ドレッシング) 板豆腐のポタージュ	牛乳、鶏卵、ハム、ベーコン 生クリーム	ブロッコリー、きゅうり、玉ねぎ にんじん、えだまめ、とうもろこし	パンフキンパン、ドレッシング じゃがいも、バター、ホワイトルウ	694 27.4 28.9 3.0	880 33.4 35.5 3.9
6	木			ごはん いかフライ(ソース) れんこんさんぽら さつまい	牛乳、いか、かつお節、豚肉、みそ	ごぼう、れんこん、にんじん、しめじ、 だいこん、ねぎ	ごはん、米ぬか油、サラダ油、三温糖、 ごま、さつまいも、パン粉、小麦粉	627 21.1 15.8 2.2	801 25.7 18.3 2.8
7	金	宮床小 吉岡小1・2年 小野小5の1 鶴巣小1・2年		ごはん えびしゅうまい(小2個、中3個・しょうゆ) ハイコーロー チンゲン菜と卵のスープ レモンソーダゼリー	牛乳、えび、豚肉、油揚げ、みそ、ハム 鶏卵	しょうが、にんにく、キャベツ 青ピーマン、にんじん、たまねぎ とうもろこし、チンゲンツァイ	ごはん、サラダ油、上白糖、でんぶ、 ごま油、ゼリー、小麦粉	704 22.8 19.4 3.0	893 28.6 23.6 3.9
10	月	大和中	◎	鶏肉のハヤシライス(ごはん) アスパラガスとトマトのサラダ(ごまドレッシング) オレンジ	牛乳、鶏肉、ハム	にんじん、たまねぎ マッシュルーム、トマト グリーンピース、アスパラガス きゅうり、とうもろこし、オレンジ	ごはん、サラダ油、じゃがいも ドレッシング、ハヤシルウ	656 24.3 19.3 2.8	826 29.6 22.4 3.6
11	火	落合小6年		ごはん さんまの甘露煮 鰹節煮 えび団子のすまし汁	牛乳、さんま、鶏肉、生揚げ、かつお節、 豆腐、えび、たら、なるど	ごぼう、にんじん、干しいだけ たけのこ、さやえんどう、生しいだけ、 みつば	ごはん、サラダ油、三温糖、はるさめ	641 27.7 21.1 2.8	814 33.5 24.2 3.7
12	水	宮床中	◎	ナン レンズ豆入りドライカレー ツナサラダ(青しそドレッシング) 焼きプリンタルト	牛乳、豚肉、レンズ豆、まぐろ	にんにく、にんじん、たまねぎ セロリ、トマト グリーンピース、キャベツ、きゅうり とうもろこし	ナン、サラダ油、小麦粉、タルト ドレッシング、カレールウ	680 29.5 25.2 3.1	815 36.6 29.0 4.0
13	木	吉岡小1年 吉田小1・2年		ごはん のりふりかけ きつねの西京焼き 野菜の旨煮 ひきな汁	牛乳、さわら、さつまい、生揚げ 鶏肉、凍り豆腐、油揚げ、みそ、のり	にんじん、干しいだけ、えだまめ、 だいこん、ごぼう、ねぎ	ごはん、さといも、サラダ油、三温糖	583 25.8 16.7 2.1	744 31.6 19.4 2.6
14	金		◎	中華丼(ごはん) フルーツポンチ	牛乳、豚肉、いか、えび、うすら卵	にんにく、しょうが、干しいだけ、 にんじん、たまねぎ、たけのこ キャベツ、もやし、グリーンピース みかん、パイナップル、もも、りんご、レモン	ごはん、サラダ油、三温糖、ごま油 でんぶ、ゼリー、上白糖	657 23.8 17.3 2.1	842 29.4 20.5 2.7
17	月								
敬老の日									
18	火			ごはん 野菜入り肉団子(小2個、中3個) ひじきの炒り煮 大根のみそ汁	牛乳、鶏肉、大豆、油揚げ、煮干し、みそ、 豆腐	にんじん、えだまめ、だいこん、 れんこん、ねぎ、ごぼう、たまねぎ	ごはん、サラダ油、三温糖	575 23.4 17.2 2.2	752 29.7 20.9 2.9
19	水	小野小	◎	バターロールパン かぼちゃコロッケ パンネートソース 野菜スープ	牛乳、豚肉、ベーコン	たまねぎ、青ピーマン、トマト にんじん、キャベツ、とうもろこし かぼちゃ、にんにく	バターロールパン、小麦粉、 米ぬか油、ペンネ、マカロニ、 サラダ油	610 20.5 24.7 2.8	786 25.2 30.9 3.6
20	木	小野小2年	◎	ピピンパ(ごはん) わかめスープ アーモンド小魚	牛乳、豚肉、鶏卵、みそ、なるど、豆腐、 わかめ、かたくちいわし	しょうが、にんにく、ほうれんそう、 もやし、ねぎ	ごはん、サラダ油、三温糖、ごま油 中さら糖、アーモンド、ごま	634 31.0 21.8 3.1	803 37.8 25.4 4.1
21	金			ごはん さばの醤油焼き 小松菜のごま和え 白玉団子汁 お月見ゼリー 食育かるたメニュー ~お月見~	牛乳、さば、油揚げ、かつお節、鶏肉 なるど	ごま、な、にんじん、もやし 干しいだけ、ごぼう、だいこん さやえんどう	ごはん、ごま、三温糖、白玉もち ゼリー	657 23.5 16.3 2.0	778 29.2 17.5 2.4
24	月								
振替休日									
25	火		◎	油麩餅(ごはん) 大根サラダ(パンパンジードレッシング) ヨーグルト	牛乳、鶏肉、鶏卵、ハム、ヨーグルト	たまねぎ、生しいだけ、みつば、 しょうが、だいこん、きゅうり	ごはん、(あぶら)三温糖 ドレッシング	657 25.2 19.8 2.3	819 30.0 23.0 2.8
26	水	宮床小1・2年 小野小1年 吉田小3・4・5年	◎	背割りのコッペパン ポイルワインナー(バックケチャップ) まめめサラダ ABCコンソメスープ *熊黒小 D・Bさん リクエストメニュー*	牛乳、ワインナー、ハム、ベーコン 大豆	えだまめ、とうもろこし、にんじん、 たまねぎ、セロリ、キャベツ	背割りのコッペパン、ドレッシング サラダ油、マカロニ	665 26.0 32.7 3.3	802 30.6 37.1 4.2
27	木	吉岡小 宮床小5・6年 小野小5・6年 吉田小5・6年 鶴巣小5・6年 落合小5・6年	◎	マーボー豆腐丼(ごはん) 春雨サラダ カットパイナップル	牛乳、豚肉、みそ、豆腐、ハム	しょうが、にんにく、ねぎ、にんじん、 干しいだけ、たけのこ、きゅうり、 パイナップル	ごはん、サラダ油、三温糖、でんぶ、 ごま油、はるさめ、ごま	648 24.9 19.7 2.8	825 30.5 23.5 3.4
28	金	吉岡小 宮床小5・6年 小野小5・6年 吉田小5・6年 鶴巣小5・6年 落合小5・6年		ごはん カレイの唐揚げ 舞茸のオysterソース、炒め もやしのみそ汁	牛乳、カレイ、豚肉、煮干し、みそ 油揚げ、わかめ	にんにく、赤ピーマン、たけのこ 生しいだけ、えだまめ、もやし にんじん、ねぎ	ごはん、米ぬか油、サラダ油、三温糖、 でんぶ、小麦粉	601 29.3 19.8 2.6	755 33.9 23.0 3.0

*牛乳は毎日つきます。
*は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
*都合により献立を変更する場合があります。
*スプーンの欄にのっている日は、給食センターよりスプーンがつかます。

今年の十五夜は9月24日です。旧暦8月15日を中心の月(十五夜)と呼び、秋の美りを祝います。収穫した里芋や米で作った団子を備えたのが現在のお月見団子の始まりとされています。

平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー (Kcal)	639(638)	805(820)
たんぱく質 (g)	25.1(23.9)	30.4(30.0)
脂 質 (g)	20.8(17.7)	24.3(22.8)
塩 分 (g)	2.7(2.3)	3.4(3.0)

たいわの食育かるたメニュー (9月21日)



今月の地場産品
☆町内産
米、しいたけ、舞茸
☆県内産
豚肉、大豆、油麩

☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてみましょう☆