

令和2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

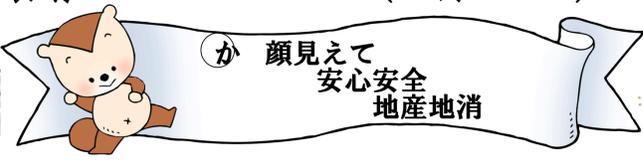
日	曜	給食のない 学校 学年 など	ス プ ー ン	献立名	赤の食べ物	緑の食べ物	黄の食べ物	栄養価・小		栄養価・中	
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)	体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	熱や力になる (炭水化物・脂質)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
26	水	大和中	◎	横割り丸パン クリスピーチキン かぼちゃとひよこ豆のポタージュ アセロラミルクゼリー	牛乳 鶏肉 ひよこ豆 スキムミルク 生クリーム 大豆粉	たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ にんにく	丸パン ジャがいも パター アセロラミルクゼリー(豆乳ミルク) 水あめ 小麦粉 でんぷん 植物油 ホワイトルウ ベシヤメルソース	65.4	84.8	26.9	34.7
27	木	大和中	◎	油麩丼 (麦ごはん・油麩の具) ウィンナーとアスパラガスのソテー	牛乳 鶏肉 鶏卵 ウィンナー	たまねぎ しいたけ みつば しょうが アスパラガス	ごはん 小麦油 三温糖 サラダ油	60.1	77.0	23.3	28.3
28	金			ごはん いかフライ(パックソース) いものこ汁 冷凍みかん	牛乳 豚肉 みそ 豆腐 いか	にんじん はくさい ねぎ みかん	ごはん 米ぬか油 サラダ油 さといも パン粉 でんぷん	65.0	81.8	24.5	29.8
31	月	鶴巣小 宮床中	◎	夏野菜カレー (麦ごはん・夏野菜ポークカレー) レモンソーダゼリー	牛乳 豚肉	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	ごはん 小麦 サラダ油 ジャがいも カレールー レモンソーダゼリー	67.2	84.7	18.5	22.2
9/1	火		◎	ごはん キャベツメンチカツ(パックソース) ツナと豆のトマト煮	牛乳 まぐろ 豚肉 大豆	たまねぎ にんじん にんにく トマト キャベツ	ごはん 米ぬか油 オリーブ油 砂糖 でんぷん パン粉 植物油 小麦粉	70.0	89.1	30.3	37.4
2	水	大和中	◎	食パン ブルーベリージャム オムレツのきのこソース コーンポタージュ	牛乳 スキムミルク 生クリーム 鶏卵	えのきだけ しいたけ たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	食パン ブルーベリージャム バター 三温糖 サラダ油 ジャがいも 砂糖 でんぷん 大豆油	69.1	86.9	24.1	29.9
3	木			ごはん さんまのかば焼き じゃがもち汁 フロースンヨーグルト	牛乳 かつお節 鶏肉 ヨーグルト さんま	ごぼう だいこん にんじん まいたけ ねぎ	ごはん 米ぬか油 ざらめ ジャがいも でんぷん	67.6	84.7	22.0	26.4
4	金	鶴巣小1年2年 落合小5年6年 小野小6年	◎	タコスミート (麦ごはん・タコスミートの具) もずくスープ	牛乳 豚肉 大豆 もずく かつお節 かにかま	たまねぎ とうもろこし 赤ピーマン キャベツ えのきだけ まいたけ ねぎ にんにく	ごはん 小麦 オリーブ油 でんぷん	60.6	77.8	23.8	29.1
7	月	吉田小 落合小5年6年 大和中		ごはん 金華銀鮭の塩焼き キムチ豚汁 すいかのゼリー	牛乳 銀鮭 豚肉 みそ 豆腐 昆布	にんじん だいこん ごぼう はくさい ねぎ にんにく しょうが	ごはん サラダ油 さといも すいかのゼリー 砂糖	62.4	78.4	25.9	31.6
8	火	宮床小4年 宮床中3年	◎	ごはん ツナそぼろ丼 (麦ごはん・ツナそぼろ) 中華スープ	牛乳 まぐろ 豚肉 えび 豆腐	しいたけ しょうが ほうれんそう にんじん もやし ねぎ	ごはん 小麦 三温糖 サラダ油 ごま油	60.5	77.9	26.2	32.2
9	水	吉田小1年2年 大和中3年 宮床中3年	◎	ココアパン スライスチーズ 大豆入りペンネミートソース 野菜スープ	牛乳 チーズ 豚肉 大豆 鶏肉	にんにく たまねぎ ピーマン トマト にんじん キャベツ とうもろこし パセリ	ココアパン マカロニ サラダ油	61.2	77.9	27.0	33.0
10	木	吉田小1年2年 大和中1年3年 宮床中3年		ごはん 豚肉のコロッケ(パックソース) だまこ汁	牛乳 かつお節 鶏肉 豚肉	ごぼう だいこん にんじん しいたけ まいたけ ねぎ たまねぎ	ごはん 米ぬか油 ジャがいも 豚脂 パン粉 小麦粉 でんぷん 水あめ 植物油 だまこもち	60.5	79.4	17.1	20.8
11	金	吉田小6年 大和中1年3年		ごはん さばのみそ煮 秋の根菜汁 アーモンド小魚	牛乳 煮干し 鶏肉 油揚げ みそ さば いわし	にんじん ごぼう れんこん ねぎ	ごはん さつまいも でんぷん 砂糖 ごま アーモンド	68.9	88.6	29.3	36.4
14	月			ごはん かむりかけ 鶏肉のレモン風味 エビボールスープ	牛乳 鶏肉 魚肉 えび	レモン にんじん だいこん はくさい こまつな たまねぎ	ごはん でんぷん 米ぬか油 三温糖 はるさめ	60.0	76.3	25.7	30.7
15	火	宮床小5年 吉田小3年		ごはん 揚げぎょうざ(小2個・中3個・バックしょうゆ) すき焼き風煮物 さつまいもと栗のタルト	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉	干しいたけ にんじん はくさい えのきだけ ねぎ にんにく キャベツ いら しょうが	ごはん 米ぬか油 サラダ油 三温糖 さつまいもと栗のタルト 砂糖 でんぷん 小麦粉	68.8	87.6	22.9	28.3
16	水		◎	パンフキンパン あじのピザソース焼き スコッチブロス 冷凍パイ	牛乳 あじ ベーコン レンズ豆 チーズ	パセリ にんじん だいこん たまねぎ キャベツ セロリー えのきだけ にんにく パイナップル	パンフキンパン 小麦 パター	61.0	75.4	26.7	31.9
17	木		◎	麦ごはん コーンシューマイ(小2個・中2個) 大和町産行者菜入りジャージャン豆腐	牛乳 豚肉 みそ 厚揚げ 魚肉 豆腐	しょうが にんにく にんじん しいたけ たけのこ たまねぎ ねぎ きょうじや とうもろこし	ごはん 小麦 サラダ油 三温糖 でんぷん ごま油 パン粉 小麦粉	72.8	90.5	26.5	31.4
18	金			わかめごはん さんまの甘露煮 おくずかけ 豆乳プリン	牛乳 かつお節 油揚げ 豆腐 わかめ さんま	ごぼう にんじん 干しいたけ まいたけ きぬさや	ごはん さといも まめふ でんぷん 水あめ 砂糖 豆乳プリン	62.8	78.7	21.2	25.4
21	月	敬老の日									
22	火	秋分の日									
23	水	宮床小1年2年 小野小5年	◎	米粉フォカッチャ チリコンカン ABCコンソメスープ 型抜きチーズ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 ベーコン チーズ	にんにく たまねぎ ピーマン トマト にんじん セロリー こまつな	米粉フォカッチャ サラダ油 マカロニ ジャがいも	61.3	75.5	29.5	36.2
24	木	小野小5年		ごはん ウィンナーカツ(パックソース) いも煮汁 冷凍りんご	牛乳 豚肉 豆腐 ウィンナー 大豆粉	だいこん にんじん ごぼう はくさい ねぎ りんご	ごはん 米ぬか油 サラダ油 三温糖 さといも パン粉 小麦粉 植物油	65.6	78.8	19.5	22.8
25	金	農林水産省のコロナウイ ルス関連補給事業で、山台牛 をいただきました。	◎	宮城県産山台牛のハヤシライス (麦ごはん・ハヤシライスの具) 梨ゼリー	牛乳 牛肉	にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム グリンピース	ごはん 小麦 サラダ油 ジャがいも ハヤシルウ 梨ゼリー	66.3	83.3	21.9	26.5
28	月	大和中 宮床中		ごはん 笹かまの磯辺揚げ 肉じゃが とっとチーズ	牛乳 ささかまぼこ あおのり 豚肉 いわし チーズ	にんじん たまねぎ たけのこ さやいんげん	ごはん 天ぷら粉 米ぬか油 サラダ油 ジャがいも 三温糖 砂糖 ごま アーモンド	61.3	76.8	23.6	26.8
29	火	小野小1年 大和中 宮床中	◎	大和町産生きくらげ入り中華丼 (麦ごはん・中華丼の具) お米のムース	牛乳 豚肉 いか えび うずら卵	にんにく しょうが 干しいたけ にんじん たまねぎ たけのこ はくさい もやし きくらげ グリンピース	ごはん 小麦 サラダ油 三温糖 ごま油 でんぷん お米のムース	66.1	83.6	24.5	30.3
30	水	吉田小		金時豆パン ししゃもフライ(小2本・中3本、バックしょうゆ) カレーうどん	牛乳 鶏肉 なたと ししゃも	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ	金時豆パン 米ぬか油 うどん パン粉 でんぷん 小麦粉 カレールー	65.9	87.1	24.9	32.5

※新型コロナウイルス対策により安全に給食を提供するために9月までの間、一品少ない献立になります。栄養面を考慮し、具だくさんの汁物等で対応させていただきますので、

ご理解ご協力をお願いします。

- * 牛乳 は毎日つきます。
- * **太字**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◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつきます。

たいわの食育かるたメニュー(9月17日)



今月の地場産品

- ☆町内産
米、しいたけ、舞茸、きくらげ
- ☆県内産
豚肉、銀鮭、大豆、油麩、小麦
ささかまぼこ、牛肉

平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー(Kcal)	646(651)	818(830)
たんぱく質(g)	24.4(21.2)	29.8(27.0)
脂質(g)	20.3(14.5)	23.9(18.4)
塩分(g)	2.2(2.2)	2.7(2.5)

☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきましょう☆