

2022年(令和4年)11月分 学校給食献立表(小学校)第2地区

※除去食対応する献立には「マーク」を記しています。
 ※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食食物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校まで申し出ください。

日・曜	1日・火	2日・水	4日・金	7日・月	8日・火	9日・水	10日・木	11日・金	14日・月	15日・火
献立名	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ふたにくとまいたけのために さばとくわわかめのごまあえ	コッペパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ だいきりドライカレー さつまいもチップス	コッペパン ぎゅうにゅう ワタナスープ じゃがいものちゅうかいため りんごジャム	もちむぎごはん ぎゅうにゅう さつまいもカレー さつまいもサラダ	ごはん ぎゅうにゅう かんしきあじつけのり かきたまじゃ キムチいりやさいいため	コッペパン ぎゅうにゅう フォー さばのトマトにこみ ぶどうヨーグルト	ごはん ぎゅうにゅう みそしる さわらのにつけ おやどりのおろしに	コッペパン ぎゅうにゅう ふゆやさいのスープ さげのマリネ	ごはん ぎゅうにゅう たまご おたまでいり ふたじゃがに	とふめし ぎゅうにゅう べちる けのぼり クレープイリチー
材料名	鶏肉 10.0 酒 0.5 にんじん 15.0 だいこん 15.0 さといも 20.0 ごぼう 10.0 豆腐 20.0 つきごんにゃく 10.0 納実油 1.0 うすくちしょうゆ 4.0 けずり節 2.0 水 90.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 しめじ 7.0 えのきたけ 7.0 チンゲンサイ 10.0 にんじん 10.0 もやし 10.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 けずり節 2.0 水 120.0	ワタンの皮 7.0 鶏肉 15.0 酒 0.5 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 干しいたけ 0.3 もやし 10.0 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 綿実油 0.5 カレー粉 0.8 水 120.0	もちむぎ 5.0 精白米 70.0 水 94.0	卵 30.0 豆腐 30.0 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 もやし 15.0 みつば 3.0 うすくちしょうゆ 4.0 さつまいも 50.0 ごしょう 0.5 塩 0.1 でんぶん 1.0 だし昆布 0.5 カレー粉 2.0 小麦粉 4.0 バター 7.0	韓式味付けのり 1袋	ピーファン(平めん) 8.0 鶏肉 15.0 酒 0.5 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 わかめ(塩蔵) 2.0 ねぎ 11.0 干しいたけ 2.0 ねぎ 3.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 120.0 水 4.0	豆腐 30.0 うす揚げ 4.0 だんご 10.0 にんじん 15.0 たまねぎ 20.0 えのきたけ 7.0 しゅんぎく 5.0 みそ 2.0 いりこ 3.0 水 110.0	豚肉 10.0 酒 0.5 だんご 15.0 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 えのきたけ 7.0 しゅんぎく 5.0 みそ 2.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 でんぶん 0.5 けずり節 2.0 水 110.0	卵 30.0 豆腐 30.0 もずく 10.0 にんじん 10.0 水 85.0 豆腐(オイル漬) 5.0 さば(オイル漬) 20.0 たまねぎ 20.0 さば(オイル漬) 5.0 ごぼう 6.0 酒 1.0 こいくちしょうゆ 4.0 うすくちしょうゆ 2.0 本みりん 1.0
および使用量(g)	豚肉 20.0 酒 0.5 まいたけ 10.0 にんじん 10.0 にんじんにゃく 20.0 糸こんにゃく 3.0 ごぼう 2.0 砂糖 0.5 本みりん 0.5	豚肉ミンチ 25.0 調理ワイン 10.0 たまねぎ 20.0 大豆(乾燥) 7.0 ピーマン 0.5 納実油 0.5 塩 0.01 カレー粉 0.4 トマトピューレ 7.0 ウスターソース 1.0 とんかつソース 1.0 砂糖 0.5 ごしょう 0.5 すりごま 2.5	豚肉 15.0 酒 0.5 じゃがいも 40.0 にんじん 15.0 ピーマン 4.5 しょうが 0.4 塩 0.5 ごしょう 0.01 砂糖 1.5 ごしょう 3.0 塩 0.1 ごしょう 0.01 ごま油 0.5 ごま 1.0	綿実油 3.0 スープベース(丸鶏) 10.0 ウスターソース 4.5 ケチャップ 1.5 ごしょう 0.4 塩 0.5 ごしょう 0.01 水 85.0	綿実油 25.0 スープベース(丸鶏) 0.5 白菜キムチ 20.0 白ネギ 15.0 にんじん 5.0 ごしょう 0.5 塩 0.1 ごしょう 0.5 ごま油 0.5 ごま 1.0	さば(オイル漬) 15.0 調理ワイン 0.5 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 だんご 15.0 にんじん 10.0 納実油 0.5 ごしょう 1.3 砂糖 1.0 酢 3.0	さば(オイル漬) 15.0 調理ワイン 0.5 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 だんご 15.0 にんじん 10.0 納実油 0.5 ごしょう 1.3 砂糖 1.0 酢 3.0	さげ 40.0 豚肉 15.0 糸こんにゃく 4.0 じゃがいも 10.0 たまねぎ 15.0 だんご 10.0 にんじん 5.0 たまねぎ 20.0 ごしょう 0.5 砂糖 3.0 酢 3.0	豚肉 15.0 酒 0.5 じゃがいも 10.0 ねぎ 45.0 うすくちしょうゆ 10.0 ごしょう 0.2 だんご 20.0 綿実油 0.5 ごしょう 2.0 水 10.0	精白米 65.0 だし昆布 0.5 水 85.0 豆腐 10.0 さば(オイル漬) 5.0 ごぼう 6.0 酒 1.0 こいくちしょうゆ 4.0 うすくちしょうゆ 2.0 本みりん 1.0
エネルギー/蛋白質	534kcal / 22.2g	538kcal / 22.5g	529kcal / 19.9g	624kcal / 20.4g	523kcal / 22.7g	558kcal / 24.0g	571kcal / 26.3g	514kcal / 23.4g	538kcal / 21.6g	516kcal / 21.5g

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものになるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもとになるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしをとのえるものになるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー548kcal たんぱくしつ22.4g

物質配合表 令和4年度(2022年度) 11月改訂版 発布のお知らせ

下記物資を物質配合表に追加しましたのでおしらせいたします。物質配合表の最新版は、塚塚市のホームページからダウンロードもしくは、学校まで申し出ください。

新規食材 **ぶどう(シロップ漬)** [原材料] ぶどう、砂糖、酸味料、酸化防止剤(ビタミンC)、乳酸Ca **もちむぎ** [原材料] もちむぎ小麦 ※特定アレルギー:なし