


給食だより R2年10月

森町学校給食センター

10月1日は十五夜

月	火	水	木	金																		
<p>◆◆ 給食目標 ◆◆</p> <p>小学校：すききらいなくたべよう！！</p> <p>中学校：偏食をなくしバランスよく食べよう！！</p> <p>◆森町のきんりん(おしまひやま管内)でとれる食材の活用よてい◆</p> <p>○米 ○きゅうり ○長ねぎ ○キャベツ</p> <p>○もやし ○にんじん ○玉ねぎ ○はくさい</p> <p>○ごぼう ○だいこん ○たまご ○じゃがいも</p> <p>※食材の都合により、一部変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。</p>		<p>平均栄養摂取量</p> <table border="1"> <tr> <th></th> <th>エネルギー (キロカロリー)</th> <th>たんぱく質 (グラム)</th> </tr> <tr> <td>幼稚園</td> <td>496</td> <td>19.5</td> </tr> <tr> <td>小学校 1・2学年</td> <td>536</td> <td>21.2</td> </tr> <tr> <td>小学校 3・4学年</td> <td>636</td> <td>24.3</td> </tr> <tr> <td>小学校 5・6学年</td> <td>740</td> <td>27.4</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>820</td> <td>29.8</td> </tr> </table>		エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	幼稚園	496	19.5	小学校 1・2学年	536	21.2	小学校 3・4学年	636	24.3	小学校 5・6学年	740	27.4	中学校	820	29.8	<p>1 きのごまゲティ・牛乳</p> <p>黄 スパゲティ・油</p> <p>赤 ベーコン</p> <p>緑 玉ねぎ・しめじ・えのき・ほししいたけ・にんにく</p> <p>うさぎがたハンバーグ</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 とり肉・ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・にんにく・しょうが</p> <p>じゃがいものガチャップ あえ (中学校)</p> <p>黄 じゃがいも・油・さとう・バター</p> <p>おつきみだんご</p> <p>黄 上新粉・さとう</p>	<p>2 ごはん・牛乳</p> <p>とんじる</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 ぶた肉・とうふ</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん・ごぼう・つきこん・だいこん・長ねぎ</p> <p>アジフライ</p> <p>黄 パン粉・小麦粉・油</p> <p>赤 アジ</p> <p>ひじきに</p> <p>黄 さとう・油・ゴマ油</p> <p>赤 さつまあげ・ひじき</p> <p>緑 にんじん・いんげん・ほししいたけ・つきこん</p>
	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)																				
幼稚園	496	19.5																				
小学校 1・2学年	536	21.2																				
小学校 3・4学年	636	24.3																				
小学校 5・6学年	740	27.4																				
中学校	820	29.8																				
<p>5 ごはん・牛乳</p> <p>ホワイトカレー</p> <p>黄 じゃがいも・油</p> <p>赤 とり肉・牛乳・豆乳</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>黄 ドレッシング</p> <p>赤 かいそうミックス</p> <p>緑 キャベツ・コーン・きゅうり</p> 	<p>6 コロケバーガー・牛乳</p> <p>黄 小麦粉・バター・ゴマ・じゃがいも・パン粉・油</p> <p>赤 脱脂粉乳・たまご・ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん</p> <p>ミートボールスープ</p> <p>黄 マロニー</p> <p>赤 ミートボール</p> <p>緑 はくさい・にんじん・長ねぎ・しめじ</p> <p>なし(くだもの)</p> <p>緑 梨</p> <p>バックソースがつきます</p>	<p>7 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>赤 とうふ・わかめ</p> <p>緑 長ねぎ</p> <p>わかどりのゴマてりやき</p> <p>黄 ゴマ・さとう・パン粉・油</p> <p>赤 とり肉</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>黄 ゴマ油・ゴマ・さとう</p> <p>赤 さつまあげ</p> <p>緑 ごぼう・にんじん・れんこん</p> <p>チーズ (中学校)</p> <p>赤 チーズ</p> 	<p>8 しょうゆラーメン・牛乳</p> <p>黄 めん・さとう</p> <p>赤 ぶた肉・なると</p> <p>緑 長ねぎ・ほうれん草・しょうが</p> <p>ショーロンポー (幼・小:2コ、中学:3コ)</p> <p>黄 さとう・でんぷん・さとう・油・小麦粉</p> <p>赤 ぶた肉</p> <p>緑 キャベツ・たけのこ・玉ねぎ・しいたけ・しょうが</p> <p>ブルーベリーヨーグルト</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 ヨーグルト</p> <p>緑 ブルーベリー・もも・バナナ</p>	<p>9 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 油揚げ</p> <p>しろみさかなフライ</p> <p>黄 パン粉・小麦粉・でんぷん・油</p> <p>赤 赤キ</p> <p>ほうれん草とえのきのあえもの</p> <p>赤 のり</p> <p>緑 ほうれん草・えのき</p> <p>10日は目のあいごデー ブルーベリーは目にいいよ!</p>																		
<p>12 ごはん・牛乳</p> <p>いしかりじる</p> <p>赤 さけ・とうふ</p> <p>緑 だいこん・はくさい・長ねぎ</p> <p>にくだんご (2コ)</p> <p>黄 さとう・油</p> <p>赤 とり肉・ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・にんにく・しょうが</p> <p>あますあえ</p> <p>黄 さとう</p> <p>緑 キャベツ・きゅうり・にんじん</p> <p>ショアプレーン (中学校)</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 脱脂粉乳</p>	<p>13 ビスキュイパン・牛乳</p> <p>黄 パン・さとう・小麦粉・バター・アーモンドプードル</p> <p>赤 たまご</p> <p>じゃがいものスープ</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 ベーコン・うずら卵</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん</p> <p>チキンチーズのオープンやき</p> <p>黄 油・パン粉・さとう</p> <p>赤 とり肉・チーズ</p> <p>緑 赤ピーマン・パセリ</p> <p>りんご</p> <p>緑 りんご</p> 	<p>14 ごはん・牛乳</p> <p>いもだんごじる</p> <p>黄 いももち</p> <p>赤 とり肉・油あげ</p> <p>緑 にんじん・だいこん・ごぼう</p> <p>さばのみそに</p> <p>黄 さとう・でんぷん</p> <p>赤 さば</p> <p>きりほしだいこん</p> <p>黄 さとう・ゴマ</p> <p>赤 さつまあげ</p> <p>緑 だいこん・にんじん・つきこん</p>	<p>15 なめこうどん・牛乳</p> <p>黄 うどん</p> <p>赤 なると・とり肉・油あげ</p> <p>緑 なめこ・長ねぎ・ほぞたけ・うわばみそう・ぜんまい・ほうれん草・えのきだけ</p> <p>やきかまチーズ</p> <p>黄 小麦粉・さとう</p> <p>赤 たら・いとより・チーズ</p> <p>だいがくいも</p> <p>黄 さつまいも・油・ゴマ・たれ</p> 	<p>16 ごはん・牛乳</p> <p>さつまじる</p> <p>黄 さつまいも</p> <p>赤 とり肉・とうふ</p> <p>緑 にんじん・ごぼう・長ねぎ・つきこん</p> <p>あつやきたまご</p> <p>黄 さとう・油</p> <p>赤 たまご</p> <p>肉とうふ</p> <p>黄 さとう・油</p> <p>赤 やきとうふ・ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん・つきこん</p>																		
<p>19 ごはん・牛乳</p> <p>たまごスープ</p> <p>黄 マロニー</p> <p>赤 たまご・とうふ</p> <p>緑 にんじん・長ねぎ・しめじ</p> <p>さけしおやき</p> <p>赤 さけ</p> <p>ぶたにくとはるさめのいためもの</p> <p>黄 はるさめ・油・ごま油</p> <p>赤 ぶた肉</p> <p>緑 にんじん・ピーマン・玉ねぎ・にんにく・しょうが</p>	<p>20 こくとうパン・牛乳</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>赤 牛乳・いんげんまめ</p> <p>緑 玉ねぎ・コーン</p> <p>ハムチーズカツ</p> <p>黄 パン粉・小麦粉・油</p> <p>赤 ハム・チーズ</p> <p>緑 玉ねぎ</p> <p>かき(くだもの)</p> <p>緑 柿</p> 	<p>21 ごはん・牛乳</p> <p>ハヤシライス</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 ぶた肉・脱脂粉乳・いんげんまめ</p> <p>緑 玉ねぎ・マッシュルーム・にんじん・トマトピューレ</p> <p>えだまめ</p> <p>緑 えだまめ</p> 	<p>22 あんかけやきそば・牛乳</p> <p>黄 めん・油・ゴマ油・でんぷん</p> <p>赤 ぶた肉・うずら卵・イカ・えび</p> <p>緑 玉ねぎ・はくさい・もやし・たけのこ・こまつな・にんじん・ほししいたけ</p> <p>はるまき</p> <p>黄 はるさめ・小麦粉・油</p> <p>赤 ぶた肉・ひじき</p> <p>緑 キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ・にんじん・しょうが</p> <p>フルーツあんじん</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 杏仁豆腐(牛乳・練乳等)</p> <p>緑 パイン・みかん・もも</p>	<p>23 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>赤 とうふ・油あげ</p> <p>緑 こまつな</p> <p>なっとう</p> <p>赤 大豆</p>  <p>こんぶのいためもの</p> <p>黄 ゴマ・油・さとう</p> <p>赤 昆布・ぶた肉・さつまあげ</p> <p>緑 つきこん・にんじん</p> <p>31日はハロウィン ハロウィンメニューだよ!</p>																		
<p>26 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる</p> <p>赤 とうふ</p> <p>緑 なめこ</p> <p>イカまぼこコロケ</p> <p>黄 パン粉・でんぷん・油・さとう・エッグケア</p> <p>赤 すげとうたら・イカ</p> <p>緑 玉ねぎ・にんにく</p> <p>チャプチェ</p> <p>黄 マロニー・さとう・ゴマ油</p> <p>赤 ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく</p> 	<p>27 ソフトフランスパン・牛乳</p> <p>ブラウنشチュー</p> <p>黄 じゃがいも・油</p> <p>赤 ぶた肉・生クリーム</p> <p>緑 にんじん・玉ねぎ・トマトピューレ</p> <p>コーングラタン</p> <p>黄 マッシュポテト・さとう・油</p> <p>赤 豆乳</p> <p>緑 コーン・玉ねぎ</p> <p>りんご</p> <p>緑 りんご</p>  <p>「あが」ちゃん のなかま</p> 	<p>28 ぶたどん・牛乳</p> <p>黄 こめ・ゴマ</p> <p>赤 ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・キャベツ・しらたき・にんじん</p> <p>わかめスープ</p> <p>黄 ぶ</p> <p>赤 わかめ・とうふ・なると</p> <p>緑 長ねぎ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 脱脂粉乳・全粉乳</p>  <p>「あが」ちゃん のなかま</p> 	<p>29 ナポリタン・牛乳</p> <p>黄 スパゲティ・油</p> <p>赤 ハム</p> <p>緑 玉ねぎ・ピーマン・にんじん</p> <p>アメリカンドッグ (幼:2コ、小・中学:1コ)</p> <p>黄 油・小麦粉・さとう・でんぷん</p> <p>赤 卵白・とり肉・ぶた肉</p> <p>フルーツゼリー (ピーチ)</p> <p>黄 さとう</p> <p>緑 もも・パイン・りんご</p>  <p>「みとい」ちゃん のなかま</p>	<p>30 ほたてごはん・牛乳</p> <p>黄 米・さとう・油</p> <p>赤 ほたて・油あげ</p> <p>緑 にんじん・ごぼう・えだまめ</p> <p>みそしる</p> <p>赤 油あげ</p> <p>緑 キャベツ</p> <p>かぼちゃがたハンバーグ</p> <p>赤 とり肉・ぶた肉</p> <p>緑 玉ねぎ・かぼちゃ</p> <p>●カップケーキ (幼・小)</p> <p>黄 米粉・さとう・油・でんぷん</p> <p>赤 とうにゅう</p> <p>緑 かぼちゃ</p> <p>●オールドファッション (中学校)</p> <p>黄 小麦粉・さとう・油</p> <p>赤 たまご</p>																		

【お知らせ】

- 新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、令和2年度分(4月~3月)の児童生徒の給食費は全額減免しておりますので、納める必要はありません。
- 減免期間において、納入された給食費は還付します。対象者には別途お知らせしますので、手続きをお願いします。