

10 給食 平成29年 だより



★忘れていませんか……給食費は毎月忘れず納めましょう。

●物資の都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承下さい。
●学校給食についてのお問い合わせは…浦河町学校給食センターへ
浦河町荻伏町20番地 電話25-2515番

給食での 摂取カロリー	1食の基準 カロリー	小学生：640kcal 中学生：820kcal	10月の平均 カロリー	小学生：626kcal 中学生：818kcal
----------------	---------------	----------------------------	----------------	----------------------------

日	献立	材料 (加工食品の配合内容)	日	献立	材料 (加工食品の配合内容)
2 日 (月)	小：609kcal 中：772kcal 牛乳 コッペパン フォーク	コッペパン 小麦粉・塩・イースト・脱脂粉乳・砂糖・ショートニング・卵・コンパウンドバター ミートソース スパゲティ スパゲティ・にんじん・玉ねぎ・豚ひき肉・パセリ・ミートソップ(玉ねぎ・人参・大豆たん白・豚肉・クチャップ 大豆油・菜種油・コンソメ・トマト・にんにく・生姜・オニオンエキス・香辛料) エス・エス・ソース (小麦粉・砂糖・植物油・塩・ブドウ糖・酵母エキス・オニオンエキス・醤油・ソース・チキンオイル ガーリックパウダー・魚油パウダー・コンソメエキス・香辛料・バターオイル・ポークパウダー・カラメル でんぷん)・クチャップ・△セシム(小麦粉・ラード・塩・砂糖・トマペースト・オニオン・ガーリック 香辛料・カラメル・調味料・脱脂大豆)・米油・しお・こしょう	19 日 (木)	小：619kcal 中：824kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 澄まし汁 長ネギ・えのき・豆豉・しお・薄口しょうゆ・かつおだし・こんぶだし 干しシイタケ ハンバーグ 鶏ひき肉・パン粉・調味料 鉄火みそ 豚肉・米油・にんじん・玉ねぎ・なす・ピーマン・三温糖・赤みそ・酒 みりん・豆板醤・醤油
3 日 (火)	小：625kcal 中：813kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 のっぺい汁 鶏肉・米油・小松菜・酒・ごぼう・こんにやく・醤油・塩・みりん かつおだし・こんぶだし・でんぷん 銀聖 秋鮭・塩 大根の煮物 大根・にんじん・鶏肉・米油・焼き豆腐・醤油・三温糖・かつおだし こんぶだし・酒	20 日 (金)	小：633kcal 中：858kcal 牛乳 麦ご飯 麦ご飯 精白米・強化米・米粒麦 秋満喫カレー さつまいも・鶏肉・米油・たまねぎ・にんじん・しめじ・キャベツ グリーンピース・にんにく・生姜・カレーパウダー(5日使用)・カレー粉 中華だし・クチャップ・ウスターソース・りんごピューレ(5日使用) 豆乳プリン 豆乳・砂糖・グル化剤・カラメル・水あめ・大豆油脂・ブドウ糖・塩 カルシウム・香料・ピロリン酸鉄・カロチノイド ふくしん漬け 大根・なす・きゅうり・レンコン・生姜・なたまめ・シソの葉・液糖・醤油 塩・酵母エキス・とうがらし	
4 日 (水)	小：650kcal 中：788kcal 牛乳 コッペパン はし・スプーン	コッペパン 小麦粉・塩・イースト・脱脂粉乳・砂糖・ショートニング・卵・コンパウンドバター クルとほうれん草のシュエ 野菜入りクルル(小麦粉・トマトパウダー・ほうれん草粉末・にんじん粉末)・鶏肉・米油 ほうれん草・人参・玉ねぎ・ポスター(乳製品・小麦粉・砂糖・調味料・玉ねぎ・脱脂粉乳 香辛料)・こしょう・調理用牛乳・生クリーム・とりから・塩・こしょう チキンカツ 鶏肉・米油・香辛料・パン粉・塩・小麦粉・米粉・でんぷん コーンフラワー・大豆たん白・コーングリッツ・大豆油・米曹 キャベツ温野菜 和風ドレッシング(植物油・醤油・玉ねぎ・水あめ・砂糖・塩・酢・りんご・酒・プルーン かつおエキス・にんにく・魚肝油・酵母エキス・赤ピーマン・しいたけ・生姜)をつけて食べましょう	23 日 (月)	小：632kcal 中：853kcal 牛乳 コッペパン はし・スプーン	コッペパン 小麦粉・塩・イースト・脱脂粉乳・砂糖・ショートニング・卵・コンパウンドバター やきそば 豚肉・生姜・にんにく・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・キャベツ・米油 ウスターソース・醤油・酒・カレー粉・焼きそば種(小麦粉・塩) フルーツヨーグルト フルーツミックス(11日使用)・ヨーグルト・リンゴシロップ漬け ケール果汁・りんご(リンゴ果汁・砂糖・グル化剤)・ミカンダイスゼリー (ミカン果汁・砂糖・グル化剤) アップルジャム りんご果汁・砂糖・グル化剤
5 日 (木)	小：613kcal 中：803kcal 牛乳 麦ご飯 スプーン	麦ご飯 精白米・強化米・米粒麦 キノコカレー 豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・しめじ・エリンギ・生姜・にんにく カレーパウダー(小麦粉・油・カレー粉・砂糖・塩・とりから・にんにく・醤油 酒)・ポーンストック(豚骨エキス・ねぎ・にんにく・生姜・香味油・ラード 鶏脂・香辛料)・りんごピューレ(りんご・酸味料)・米油 ふくしん漬け 大根・なす・きゅうり・レンコン・生姜・なたまめ・シソの葉・液糖 醤油・塩・酵母エキス・唐辛子 りんご 大豆・醤油・かつおだし・からし・砂糖	24 日 (火)	小：625kcal 中：841kcal 牛乳 白飯 はし・スプーン	白飯 精白米・強化米 卵とさけの澄まし汁 鶏肉・卵・三つ葉・ほししいたけ・ほうれん草・こんぶだし・かつおだし うすくち醤油・塩・でんぷん (新メニューです。澄まし汁とは塩味の薄味に仕上げた汁物のことです。) 大根とえびのあんかけ 大根・えび・高野豆腐・にんじん・青梗菜・とりから・塩・酒・三温糖 でんぷん・ゴマ油・長ネギ・醤油・五目あんかけ(でんぷん・醤油 ネギ油・チキンエキス・砂糖・ゴマ油・塩・発酵調味料・酢・生姜 にんにく・魚介エキス・調味料・カラメル・酸味料) 中華だし 納豆 大豆・醤油・かつおだし・からし・砂糖
6 日 (金)	小：627kcal 中：844kcal 牛乳 白飯 はし・スプーン	白飯 精白米・強化米 けんちん汁 じゃがいも・わかめ・大根・人参・鶏肉・米油・こんにやく・白赤みそ かつおだし・こんぶだし はまたきいわし いわし・砂糖・醤油・水あめ・かつおだしエキス・梅肉・生姜 麻婆豆腐 豆腐・豚ひき肉・米油・ゴマ油・豆板醤・赤みそ・醤油・中華だし 三温糖・でんぷん・長ネギ・生姜・にんにく・グリーンピース・酒	25 日 (水)	小：613kcal 中：811kcal 牛乳 ソフトフランスパン はし・スプーン	ソフトフランスパン 小麦粉・砂糖・イースト・塩・ラード・麦芽エキス・米粉 キノコと鰹のチャウダー 鶏肉・米油・人参・エリンギ・玉ねぎ・ブロッコリー・しめじ 調理用牛乳・コンソメ・ヘルシークリーム(11日使用)・生クリーム こしょう 野菜コロッケ じゃがいも・米油・小麦粉・豚肉・玉ねぎ・とうもろこし・人参 グリーンピース・脱脂粉乳・植物油・醤油・三温糖・みりん・酒 こしょう・パン粉・白ごま キャベツ温野菜 ノンオイルフレンチドレッシング(砂糖・酢・デキストリン・塩・酵母エキス レモン果汁・オニオンパウダー・こしょう・増粘剤)をつけて食べましょう
10 日 (火)	小：637kcal 中：766kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 小松菜とキノコの卵スープ 小松菜・たまご・しめじ・長ネギ・わかめ・塩・ラウレンスープ(塩・チキン・植物油・鶏脂・醤油 ポーク・ホタテエキス・煮干しエキス・ゴマ油・オニオンパウダー・白菜・キャベツ・たん白加水分解物 ガーリックエキス・こんぶ・しいたけ・調味料・香辛料抽出物)・こしょう・でんぷん イカのキャベツ揚げ 米油・いか・すり身・キャベツ・小麦粉・かつおだし・でんぷん・大豆油 生姜・砂糖・塩・膨張剤・炭酸Ca 切り干し大根煮 切り干し大根・人参・米油・グリーンピース・醤油・三温糖・酒・豚肉 キャベツ・油揚げ	26 日 (木)	小：594kcal 中：820kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 豆腐ともずくの味噌汁 豆腐・もずく・白菜・油揚げ・長ネギ・小松菜・白赤みそ・かつおだし こんぶだし 五目包子(ゴモクパオ) キャベツ・玉ねぎ・にんじん・にら・鶏肉・豚肉・たら・でんぷん・豆腐・ひじき・醤油 砂糖・ゴマ油・調味料・塩・オニオンソース・魚介エキス・生姜・香辛料・小麦粉・油脂 でんぷん・ブドウ糖・大豆油・植物性たん白・豆腐用凝固剤・乳化剤・でんぷん さいもとコンソメの焼きそば さいも・にんじん・タケノコ・かつおだし・こんぶだし・三温糖 みりん・塩・醤油・干しいたけ・グリーンピース
11 日 (水)	小：639kcal 中：852kcal 牛乳 ソフトフランスパン スプーン	ソフトフランスパン 小麦粉・砂糖・イースト・塩・ラード・麦芽エキス・米粉 ハヤシシチュー 鶏肉・しめじ・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・エリンギ・グリーンピース・△セシム(2日使用)・デミグラスソース(豚脂 小麦粉・ビーエキス・チキンエキス・砂糖・ソーダ・オニオン・人参・トマトパウダー・塩・ブドウ糖・カラオマ ポテトパウダー・オニオン・たん白加水分解物・ゼラチン・セロリ・香辛料・赤ワイン・カラメル・香料・調味料・乳化剤 パプリカ色素・酸味料)・ヘルシークリームスープ(砂糖・塩・コンスターチ・乳製品・チキンパウダー・ポテトスターチ) コンソメ・生クリーム・クチャップ・こしょう・米油・にんにく・ウスターソース フルーツミックス(りんご・黄桃・パイナップル・液糖・VC・クエン酸) ミカンゼリー(ミカン果汁・砂糖・グル化剤)・ラフランスゼリー(洋ナシ果汁 砂糖・グル化剤)・リンゴシロップ漬け(リンゴ・砂糖・酸味料) イチゴ果汁・砂糖・水あめ・グル化剤	27 日 (金)	小：650kcal 中：802kcal 牛乳 わかめご飯 はし	わかめご飯 精白米・強化米・米粒麦・わかめご飯のもと(わかめ・塩・水あめ・酵母エキス・昆布エキス・セルロース・乳化剤) すり身団子汁 三色すり身ボール(すりみ・塩・にんじん・とうもろこし・ほうれん草 卵白・調味料)・生姜・ゴボウ・長ネギ・小松菜・油揚げ・白赤みそ かつおだし・こんぶだし うす味あさり あさり・醤油・砂糖・みりん・生姜・鷹節エキス 肉じゃが じゃがいも・豚肉・米油・にんじん・玉ねぎ・醤油・三温糖・かつおだし こんぶだし・白滝・酒 焼きおにぎり 精白米・醤油・砂糖・塩
12 日 (木)	小：575kcal 中：849kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 日高汁 たご・つぶ・生姜・長ネギ・ごぼう・大根・人参・小松菜・白赤みそ かつおだし・こんぶだし・酒 豆腐ハンバーグ 豆腐・鶏肉・玉ねぎ・油・砂糖・でんぷん・塩・脱脂粉乳 チンゲン菜としめじのいためもの チンゲン菜・しめじ・醤油・みりん・かつおだし・こんぶだし・酒・米油 ゴマ油	30 日 (月)	小：622kcal 中：807kcal 牛乳 焼きおにぎり はし	焼きおにぎり 精白米・醤油・砂糖・塩 山菜うどん うどん(小麦粉・塩)・山菜ミックス(たけのこ・えのき・わらび・塩 VC・クエン酸)・ふぎ・たけのこ・鶏肉・にんじん・長ネギ 干しシイタケ・なたも・かつおだし・こんぶだし・麵つゆ(醤油 かつおだし・さばぶし・カツオエキス・砂糖・ブドウ糖・発酵調味料 アミノ酸・塩・アルコール・調味料・カラメル・酸味料・甘味料) 黄桃 もも・砂糖・酸味料
13 日 (金)	小：650kcal 中：818kcal 牛乳 白飯 はし・スプーン	白飯 精白米・強化米 団子汁 かまぼこ・油揚げ・いももち(じゃがいも・じゃがいもでんぷん・塩) かぼちゃもち(じゃがいも・かぼちゃ・じゃがいもでんぷん・塩) 長ネギ・白菜・醤油・かつおだし・こんぶだし 鶏のチリソースいため 鶏肉・米油・にんじん・玉ねぎ・エリンギ・しめじ・とりから・生姜 にんにく・豆板醤・でんぷん・クチャップ・コンソメ・中華だし・三温糖 国産桃ゼリー もも・砂糖・グル化剤	31 日 (火)	小：631kcal 中：801kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 みそとろみ汁 鶏肉・豆腐・かまぼこ・長ネギ・えのき・白赤みそ・中華だし・とりから でんぷん・かつおだし・こんぶだし かぼちゃコロッケ かぼちゃ・じゃがいも・米油・パン粉・小麦粉・塩・砂糖・でんぷん 醤油・香辛料・大豆油脂・菜種油・大豆粉・グルコマンナン キャベツ温野菜 エッグケアソース(大豆油・りんご酢・増粘剤・塩・砂糖・調味料・大豆たん白 香辛料・酵母エキス・香辛料)をつけて食べましょう

16 日 (月)	小：640kcal 中：784kcal 牛乳 コッペパン はし	コッペパン 小麦粉・塩・イースト・脱脂粉乳・砂糖・ショートニング・卵・コンパウンドバター 五目ラーメン 中華麺(小麦粉・かん水・卵白粉・塩・でんぷん・クチナシ・乳化剤) 白菜・にんじん・玉ねぎ・焼き豚・なると・醤油ラーメンスープ (醤油・油・調味料・牛肉エキス・塩・豚骨エキス)・わかめ・米油 パインアップル パイン砂糖漬・酸味料 レーズンクリーム 干しブドウ・全粒乳・砂糖・塩(原材料の一部に大豆を含む)	17 日 (火)	小：625kcal 中：834kcal 牛乳 白飯 はし	白飯 精白米・強化米 中華スープ コーン・たまご・えのき・たまご・干しシイタケ・春雨・ほうれん草 醤油・とりから・中華だし・酒・ゴマ油・でんぷん シュウマイ 小1個 中2個 豚肉・小麦粉・鶏肉・玉ねぎ・生姜・豚脂・砂糖・植物たん白・ポークエ キス・塩・オニオンソース・チキンパウダー・醤油・香辛料 大豆入りひじきの五目煮 ひじき・油揚げ・人参・大豆・こんにやく・醤油・かつおだし こんぶだし・みりん・三温糖・米油	18 日 (水)	小：640kcal 中：832kcal 牛乳 コッペパン はし・スプーン	コッペパン 小麦粉・塩・イースト・脱脂粉乳・砂糖・ショートニング・卵・コンパウンドバター マカロニのオニオンスープ マカロニ・鶏肉・春雨・しめじ・青梗菜・キャベツ オニオンスープ(ブドウ糖液糖・食用油脂・オニオンエキス・ゼラチン 香辛料・アミノ酸)・コンソメ・しお・こしょう ポトトックグラタン(えび) 小麦粉・えび・牛乳・じゃがいも・でんぷん・植物油・塩・砂糖 コーンフラワー・香辛料・パーム油・チーズ・玉ねぎ・バター 魚介エキス・増粘剤・キシロース(原材料の一部に大豆を含む)・マカロニ ホールトマト・ナス・玉ねぎ・セロリ・赤ピーマン・ピーマン・にんにく・パセリ・米油 ワイン・しお・こしょう・ブイヨン(塩・デキストリン・砂糖・たん白加水分解物 酵母エキス・トマトエキス・オニオンパウダー・ガーリック・食用油脂・香辛料)・コンソメ
----------------	---	--	----------------	--	--	----------------	--	---

●10月3日は、銀聖が出ます!!銀聖は、日高定置漁業者組合から無償提供していただ
きます。(日高秋鮭の中から一定規格のものを銀聖と命名する。平成19年よりいた
だいています。)
●10月よりアレルギー対応食が変わります!現在対応している内容に加えて、新
たに卵焼きやオムレツ、焼き魚等の代替食(個包装のさんま煮や納豆等)の提供
を開始いたします。該当のアレルギーを有する児童生徒の保護者の皆様の中で、
アレルギー対応を希望される場合は、各校または給食センターまでご相談くださ
い。(各種書類の提出・面談等が必要となります。)

今月の 浦河産 食材

お米と昆布は毎月使っています。それ以外の食材は使用日も書いています。

加工食品、調味料には、その食品に含まれている材料を記載しています。食材の割
合や同一製造ラインで、使用した別製品を製造している場合などにおける特定原材料
に関しては、記載しておりませんので、給食センター(0146-25-2515)までお問
い合わせください。