

令和2年



7月 中学校給食予定献立表



苦小牧市学校給食共同調理場
第1調理場 TEL 57-5881
第2調理場 TEL 67-1815

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
<p>○牛乳は毎日つきます。</p> <p>○この日に、スプーンがつきます。</p> <p>○都合により献立が変わることもあります。</p> <p>○学校給食についての情報は苦小牧市ホームページをご覧ください。 トップページ →</p> <p>教育・文化・スポーツ → 教育 → 小中学校の給食献立など</p> <p>食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。</p>									
<p>夜間窓口を開設しております 7月は15日(木)・27日(月)です</p> <p>支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください 17:00~20:00まで 第1学校給食共同調理場 吉小牧市柳町1丁目3-5 電話(0144)57-5881</p> <p>口座振替をしていますか?</p> <p>口座からの引き落としは年度途中からでも可能です。 自動的に口座から引き落とされますので便利です。詳しくは第1学校給食共同調理場までご連絡ください。</p>									
6 麦ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 901kcal・30.5g・24.7g・1.7g	7 スライスパン	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 731kcal・30.9g・28.1g・3.8g	8 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 805kcal・28.3g・18.3g・2.4g	9 スパゲティ	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 737kcal・28.0g・23.3g・4.4g	10 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 896kcal・31.5g・26.9g・2.2g
肉豆腐 枝豆コロッケ	豚肉・絹厚揚げ(大豆・でん粉・植物油・大豆)・こんにやく・でん粉・玉葱・人参・長葱・白菜・干椎茸・そばつゆ(大豆・小麦・米・さば)・合わせだし(さば)・醤油(大豆・小麦・みりん(米)・菜種油・砂糖)	白菜と肉団子 スープ 照り焼きチキン チョコクリーム	人参・玉葱・白菜・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・肉団子(鶏肉・たまねぎ・豚肉・豚脂・塩・しょうがペースト・香辛料・にんにくペースト・砂糖・なたね油・でん粉・貝カルシウム・大豆)・干椎茸・醤油(大豆・小麦・こしょう・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ごま油(ごま)・塩・ラーメンスープ(食塩・チキンエキス・ビーフエキス・魚介エキス(あさり)・にんにく・しょうが)・たまねぎ・香辛料・小麦・乳・大豆・豚肉・ゼラチン(卵))	いも団子汁 さんまみぞれ煮 小骨に気をつけて食べましょう	人参・いも団子(じゃがいも・でん粉(じゃがいも)・砂糖・食塩)・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・長葱・鶏肉・そばつゆ(大豆・小麦・米・さば)・合わせだし(さば)・和風だし・減塩醤油(大豆・小麦)	トマトのクリーム スパゲティ コンビネーション オムレツ アセロラゼリー	人参・玉葱・しめじ・パセリ・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・生クリーム(乳)・有塩バター(乳)・スキムミルク(乳)・こしょう・ルウポタージュ(小麦・乳・豚肉・大豆)・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ペシャメルソース(乳・小麦・ほたて・大豆)・トマトソース(トマト・パワダー・小麦粉・パーム油・食塩・砂糖・トマトペースト・玉ねぎ・にんにく・香辛料・粉末ワイン・粉末米粉・酵母エキス)・シュレッドチーズ(生乳・塩)	鶏肉・里芋・ごぼう・人参・長葱・つきこんにやく・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・減塩味噌(大豆・米)・味噌(大豆・米)・合わせだし(さば)・和風だし・白炒りごま・白ねりごま	鶏肉・人参・玉葱・豚肉・パセリ・砂糖・食塩・香辛料・小麦粉・でん粉・植物油・大豆・乳・ワイン・牛肉・トマトケチャップ・肉エキス・酵母エキス・菜種油
13 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 776kcal・27.7g・19.5g・2.8g	14 バーガーパン	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 860kcal・33.9g・34.3g・3.5g	15 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 876kcal・37.2g・24.9g・2.4g	16 ラーメン	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 813kcal・28.2g・24.6g・3.4g	17 麦ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 781kcal・32.5g・16.6g・2.4g
高野豆腐味噌汁 にしんの紀州煮 小骨に気をつけて食べましょう	細切り高野豆腐・キャベツ・人参・玉葱・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・しめじ・味噌(大豆・米)・合わせだし(さば)・和風だし	つぶつぶ コーンスープ バーガーバーグ 小袋ケチャップ	クリームコーン缶・ホールコーン・玉葱・パセリ・生クリーム(乳)・牛乳・有塩バター(乳)・こしょう・ルウポタージュ(小麦・乳・豚肉・大豆)・コーンクリーム(小麦・乳・牛肉・大豆)・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)	豚すき丼 ごはんにかけて食べよう 鯖塩焼き 小骨に気をつけて食べましょう	玉葱・豚肉・つと(たらすり身・じゃがいもでん粉・砂糖・塩)・白滝・たけのこ・人参・グリーンピース・豚肉のたれ(醤油・砂糖・みりん(米)・魚介エキス・小麦・さば・大豆)・菜種油・砂糖・醤油(大豆・小麦)・みりん(米)・合わせだし(さば)	もやしたっぷり 味噌ラーメン 揚げぎょうざ(2個) 国産さつまいもと 栗のタルト	玉葱・人参・もやし・豚肉・中華味(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・こしょう・味噌・ラーメンスープ(豚肉・ほたて・ごま・大豆・小麦・鶏肉・ゼラチン)・清湯スープ(豚肉・鶏肉)・減塩味噌(大豆・米)・菜種油	鶏肉・人参・白菜・もやし・たけのこ・干椎茸・春雨(甘露でん粉・馬鈴薯でん粉)・なる巻(魚肉(たらこ・ひいらぎ)・でん粉(じゃがいも)・小麦・タピオカ)・砂糖・食塩・酒・醤油(大豆・米)・味噌(鶏肉・豚肉)・ごま・小麦・大豆)・ごま油(ごま)・料理酒・からすー肉焼酎(豚骨・鶏骨・鶏肉・豚肉・豚脂・酵母エキス・りんご・卵)・こしょう	
20 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 912kcal・25.2g・24.1g・3.2g	21 スライスパン	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 894kcal・35.8g・31.6g・3.7g	22 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 855kcal・21.7g・21.8g・2.9g	苦小牧産の食材を使用しています		臨時休校中に予定していた 行事メニューを提供します!	
ポークカレー 北海道産 かぼちゃプリン	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ソテーオニオン(大豆)・パーモントカレー(小麦・豚肉・乳・大豆・りんご・バナナ)・生クリーム(乳)・中濃ソース・スキムミルク(乳)・マーガリン(乳・大豆)・アップルソース(リンゴ)・カレーフレーク(小麦)・にんにく	ニョッキの クリーム煮 ウィンナーと 野菜のソテー ブルーベリージャム	ポテトニョッキ(じゃがいも・小麦粉・でん粉・卵・食塩・上新粉)・人参・玉葱・ほうろく・ホールコーン・チキンコンソメ(乳・鶏肉・大豆・小麦)・ペシャメルソース(乳・小麦・ほたて・大豆)・牛乳・スキムミルク(乳)・生クリーム(乳)・シュレッドチーズ(生乳・塩)・こしょう・菜種油	たぬき汁 国産かぼちゃ 挽肉フライ	じゃが芋・大根・人参・ごぼう・絹厚揚げ(大豆)・でん粉・植物油・大豆)・こんにやく・玉葱・味噌(大豆・米)・合わせだし(さば)・和風だし・菜種油	9日(木) トマトクリームスパゲティ …… しめじ 13日(月) 高野豆腐味噌汁 …… しめじ 16日(木) もやしたっぷり味噌ラーメン …… もやし 17日(金) 中華スープ …… もやし 30日(木) トマトクリームスパゲティ …… しめじ		◆ひなまつり 1日(木) 手巻きちらしずし・手巻きのみ ◆こどもの日 2日(木) 柏餅	
27 麦ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 901kcal・30.5g・24.7g・1.7g	28 スライスパン	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 731kcal・30.9g・28.1g・3.8g	29 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 805kcal・28.3g・18.3g・2.4g	夏を元気に 過ごしましょう!		急に気温が高くなるこの季節は、夏バテや熱中症が心配です。食欲が落ちやすい時期ではありますが、栄養バランスのよい食事を心がけ、本格的な暑さに備えましょう。	
肉豆腐 枝豆コロッケ	豚肉・絹厚揚げ(大豆・でん粉・植物油・大豆)・こんにやく・でん粉・玉葱・人参・長葱・白菜・干椎茸・そばつゆ(大豆・小麦・米・さば)・合わせだし(さば)・醤油(大豆・小麦・みりん(米)・菜種油・砂糖)	白菜と肉団子 スープ 鶏ごま照り焼き チョコクリーム	人参・玉葱・白菜・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・肉団子(鶏肉・たまねぎ・豚肉・豚脂・塩・しょうがペースト・香辛料・にんにくペースト・砂糖・なたね油・でん粉・貝カルシウム・大豆)・干椎茸・醤油(大豆・小麦・こしょう・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ごま油(ごま)・塩・ラーメンスープ(食塩・チキンエキス・ビーフエキス・魚介エキス(あさり)・にんにく・しょうが)・たまねぎ・香辛料・小麦・乳・大豆・豚肉・ゼラチン(卵))	いも団子汁 さんまみぞれ煮 小骨に気をつけて食べましょう	人参・いも団子(じゃがいも・でん粉(じゃがいも)・砂糖・食塩)・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・長葱・鶏肉・そばつゆ(大豆・小麦・米・さば)・合わせだし(さば)・和風だし・減塩醤油(大豆・小麦)	トマトのクリーム スパゲティ コンビネーション オムレツ アセロラゼリー		鶏肉・里芋・ごぼう・人参・長葱・つきこんにやく・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・減塩味噌(大豆・米)・味噌(大豆・米)・合わせだし(さば)・和風だし・白炒りごま・白ねりごま	鶏肉・人参・玉葱・豚肉・パセリ・砂糖・食塩・香辛料・小麦粉・でん粉・植物油・大豆・乳・ワイン・牛肉・トマトケチャップ・肉エキス・酵母エキス・菜種油
30 スパゲティ	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 737kcal・28.0g・23.3g・4.4g	31 ごはん	エネルギー・たんぱく質・脂肪・塩分 896kcal・31.5g・26.9g・2.2g	夏を元気に 過ごしましょう!					
人参・玉葱・しめじ・パセリ・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・生クリーム(乳)・有塩バター(乳)・スキムミルク(乳)・こしょう・ルウポタージュ(小麦・乳・豚肉・大豆)・コンソメ(鶏肉・豚肉)・ペシャメルソース(乳・小麦・ほたて・大豆)・トマトソース(トマト・パワダー・小麦粉・パーム油・食塩・砂糖・トマトペースト・玉ねぎ・にんにく・香辛料・粉末ワイン・粉末米粉・酵母エキス)・シュレッドチーズ(生乳・塩)	鶏肉・人参・玉葱・豚肉・パセリ・砂糖・食塩・香辛料・小麦粉・でん粉・植物油・大豆・乳・ワイン・牛肉・トマトケチャップ・肉エキス・酵母エキス・菜種油	鶏肉・人参・玉葱・豚肉・パセリ・砂糖・食塩・香辛料・小麦粉・でん粉・植物油・大豆・乳・ワイン・牛肉・トマトケチャップ・肉エキス・酵母エキス・菜種油	鶏肉・人参・玉葱・豚肉・パセリ・砂糖・食塩・香辛料・小麦粉・でん粉・植物油・大豆・乳・ワイン・牛肉・トマトケチャップ・肉エキス・酵母エキス・菜種油	急に気温が高くなるこの季節は、夏バテや熱中症が心配です。食欲が落ちやすい時期ではありますが、栄養バランスのよい食事を心がけ、本格的な暑さに備えましょう。					