

平成31年



給食献立予定表

赤磐市立東学校給食センター

日付	献立名	【赤】の食品 おもに体をつくる		【緑】の食品 おもに体の調子を整える		【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる		エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
1(金)	菜の花ずし 牛乳 さわらの西京焼き すまし汁 ひなあられ	たまご さわら みそ わかめ	牛乳 みそ かまぼこ	菜の花 干しいたけ ねぎ	にんじん たまねぎ	* あられ	さとう	小: 718 中: 845	いも類
4(月)	【愛駒生応援献立】 カツカレー 牛乳 レモンサラダ 福神漬け	ぶた肉 牛肉	牛乳 とりレバー	えだまめ にんじん レモン果汁 にんにく	ブロッコリー きゅうり 福神づけ たまねぎ	あげ油 サラダ油 麦 カレールウ	さとう * じゃがいも パン粉	小: 709 中: 872	海藻類
5(火)	【あかいわの日】 豚丼 こうこあえ 牛乳 すだちのゼリー	ぶた肉 牛乳	かつおぶし	白ねぎ にんじん こんにゃく ゆず果汁 たまねぎ	干しいたけ キャベツ すだち果汁 たくあん 紅しょうが	* 水あめ	麦 さとう	小: 644 中: 759	大豆・大豆製品
6(水)	【卒業お祝い献立】 塩ラーメン 牛乳 シューマイ 中華風あえもの お祝いケーキ	なると巻 ぶた肉	牛乳	にんにく とうもろこし きくらげ もやし	キャベツ ねぎ にんじん 小松菜	中華めん たまねぎ にんじん しょうが	さとう ごま油 お祝いケー ^キ 小麦粉	小: 641 中: 810	乳・乳製品
7(木)	黒糖パン 牛乳 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ コンソメスープ ミルメーカー	牛乳	とり肉	にんじん たまねぎ えのきたけ	とうもろこし チングンサイ	パン さとう	ミルメーカー じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ドレッシング	小: 668 中: 815	果物
8(金)	セルフおにぎり 牛乳 さけの塩焼き ブチギョーザスープ	牛乳 ぶた肉 のり	さけ わかめ	にんじん 小松菜	たまねぎ しめじ	* 麦	麦 じゃがいも 小麦粉	小: 601 中: 710	大豆・大豆製品
11(月)	ごはん 牛乳 キムチ肉じゃが 酢みそあえ よくかむふりかけ	牛乳 かまぼこ わかめ かつおぶし	ぶた肉 みそ ひじき	にんじん ほうれんそう キムチ こんにゃく	たまねぎ さやいんげん キャベツ	麦 じゃがいも さとう	サラダ油 * さとう	小: 646 中: 771	小魚類
12(火)	チキンライス 牛乳 野菜スープ スイートポテトパイ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんにく たまねぎ トマトピューレ 小松菜	にんじん グリーンピース トマトピューレ キャベツ	* さつまいも 水あめ	麦 小麦粉 マーガリン	小: 633 中: 781	きのこ類
13(水)	【あかいわの日】 しつぽくうどん 牛乳 ちくわの甘辛焼き 大根サラダ	ぶた肉 牛乳	油あげ ちくわ ポークハム	にんじん ごぼう ねぎ はくさい とうもろこし	干しいたけ だいこん ゆず果汁	うどん さとう	さといも サラダ油	小: 629 中: 774	乳・乳製品
14(木)	ツナサンドパン 牛乳 もち麦入りミネストローネ りんご	ツナ ベーコン	牛乳	キャベツ さやいんげん たまねぎ マッシュルーム トマト缶	さやいんげん にんじん セロリ りんご トマトピューレ	パン じゃがいも さとう	もち麦 さとう	小: 632 中: 772	海藻類
15(金)	【あかいわの日】 黒豆ごはん 牛乳 鶏肉とごぼうの甘がらめ 呉汁	黒大豆 とり肉 ちくわ あつあげ みそ	牛乳 ちくわ とうにゅう	えだまめ さやいんげん だいこん こんにゃく	ごぼう しょうが にんじん ねぎ	* でん粉 さとう	あげ油 さとう	小: 697 中: 836	緑黄色野菜
18(月)	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き はりはりづけ もずくのみそ汁	牛乳 油あげ	ぶた肉 みそ もずく	にんじん しょうが さやいんげん 切干大根	たまねぎ しめじ ねぎ	* さとう	麦 ごま	小: 670 中: 793	乳・乳製品
19(火)	ごはん 牛乳 ししゃもの酢炒り 春野菜のうま煮	牛乳 とり肉	ししゃも あつあげ	ねぎ だいこん ふき きぬさや	にんじん たけのこ 干しいたけ こんにゃく	さとう * 麦	じゃがいも 麦	小: 635 中: 752	果物
20(水)	ミートボールスパゲティ 牛乳 ビーンズサラダ アイス風デザート(いちご)	ぶた肉 牛乳	とり肉 練乳 生クリーム	にんにく たまねぎ トマト缶 小松菜	にんじん マッシュルーム トマトピューレ いちご果汁	ソフトめん 水あめ ハヤシルウ ドレッシング	さとう	小: 751 中: 880	いも類
22(金)	ごはん 牛乳 キビナゴフライ ほうれん草のなめたけあえ かきたま汁	牛乳 ホタテ たまご	キビナゴ かまぼこ	ほうれんそう とうもろこし にんじん しめじ	キャベツ なめ茸 たまねぎ ねぎ	* あげ油 でん粉	麦 でん粉	小: 646 中: 790	肉類
25(月)	ごはん 牛乳 鶏肉のホワイトソース焼き みそ汁 そえ野菜 ヨーグルト	牛乳 チーズ わかめ ヨーグルト	とり肉 油あげ みそ 牛乳(調理用)	パセリ しめじ キャベツ にんじん	かぼちゃ ねぎ にんじん たまねぎ	麦 ホワイトソース	* ホワイトソース	小: 693 中: 810	小魚類

※給食物資の供給等の理由で予告なく献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

赤磐市でとれた「*・さといも・ごぼう・キャベツ・はくさい・小松菜・ねぎ・白ねぎ・黒大豆・干しいたけ・きくらげ・たまご」を使う予定です。
赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品目以上使用した日について【あかいわの日】としています。