令和 2 年 8月

学校給食予定献立表

赤磐市立中央学校給食センター

日	曜日	献立名	【赤】のなかま 主にからだをつくる	【緑】のなかま 主にからだの調子を整える	【黄】のなかま 主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
3	月	こうこずし 牛乳 あかいわの日 ゲタだんごの五目汁 ミニたい焼き	牛乳 あなご ゲタ油あげ あずき	にんじん ごぼう たくあん えだ豆 黄にら こんにゃく **生しいたけ** たまねぎ ねぎ	**米** さとう ごま でんぷん 小麦粉 **さといも**	小:652 中:720	肉 類 くだもの
4	火	コッペパン 牛乳 ほきのフライ ポトフ マーマレード	牛乳 ほき とり肉 チキンスープ	たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン ズッキーニ トマト缶 セロリー にんじん だいこん キャベツ さやいんげん みかん果汁 夏みかん果汁	パン 小麦粉 パン粉 でんぷん あげ油 さとう じゃがいも サラダ油 水あめ	670 807	大豆・大豆製品 ごまなどの種実類
5	水	プルコギどん 牛乳 あかいわの日 わかめと金糸瓜のスープ 冷凍おうとう	牛乳 牛肉 あつあげ ほたて貝柱 わかめ ちくわ	にんじん たまねぎ だいこん もやし **ピーマン** こんにゃく **金糸瓜** えのきたけ ねぎ おうとう	**米** 麦 ごま油 さとう でんぷん	635 728	骨ごと食べられる小魚 いも類
6	木	ごはん 牛乳 あじのみりん干し とうふチゲ 花切だいこんのドレッシングいため	牛乳 あじ ぶた肉 とうふ みそ	しょうが にんじん **なす** ごぼう はくさい こんにゃく 白菜キムチ にら 花切だいこん 赤ピーマン 黄ピーマン エリンギ ズッキーニ とうもろこし	**米** 麦 ごま さとう じゃがいも オリーブ油 ドレッシング	622 730	牛乳・乳製品 青い菜っぱ
24	月	夏野菜カレー 牛乳 あかいわの日 フルーツポンチ パリッシュ	牛乳 牛肉 いわし 豆乳	**にんにく** にんじん たまねぎ かぼちゃ **ピーマン** とうもろこし おうとう缶 みかん缶 パイン缶 こんにゃく ぶどう果汁 いちご果汁 かんてん	**米** 麦 じゃがいも サラダ油 カレールウ さとう 水あめ	725 838	海そう類 きのこ類
25	火	コッペパン 牛乳 あかいわの日 ハンバーグ ラタトゥイユ きのこスープ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ほたて貝柱 チキンスープ	たまねぎ **にんにく** **なす** ズッキーニ 赤ピーマン トマト缶 さやいんげん にんじん しめじ えのきたけ **生しいたけ** パセリ	パン 小麦粉 でんぷん オリーブ油 じゃがいも	614 757	豆 類 くだもの
26	水	赤かぶ青菜ごはん 牛乳 ししゃもの素焼き おでん 20世紀なし	牛乳 ししゃも とり肉 あつあげ ちくわ うずらたまご こんぶ	赤かぶ 青菜 にんじん だいこん ごぼう こんにゃく なし	**米** 麦 **さといも** さとう	686 793	牛乳・乳製品 緑黄色野菜
27	木	ごはん 牛乳 あかいわの日 さわらのオイネーズ焼き ワンタンスープ 韓国のり	牛乳 さわら ぶた肉 とり肉 のり	にんじん たまねぎ **ピーマン** **たけのこ** もやし **チンゲン菜**	**米** 麦 ノンエッグマヨネーズ でんぷん サラダ油 ワンタンの皮 ごま油	694 812	骨ごと食べられる小魚 いも類
28	金	ひやむぎ 牛乳 ちくわの磯辺あげ じゃがいもとだいこんのそぼろ煮 シャインマスカット	牛乳 のり ちくわ 青のり ぶた肉	しょうが ねぎ にんじん たまねぎ だいこん 干ししいたけ アスパラ **シャインマスカット**	ひやむぎ ごま 小麦粉 でんぷん あげ油 じゃがいも さとう	703 796	大豆・大豆製品 青い菜っぱ
31	月	ごはん 牛乳 むししゅうまい 中華風コーンスープ えだ豆の塩ゆで ミニゼリー(ピーチ)	牛乳 ぶた肉 かにかまぼこ チキンスープ	たまねぎ しょうが とうもろこし にんじん 干ししいたけ ほうれん草 えだ豆 もも	**米** 麦 ごま油 パン粉 でんぷん しゅうまいの皮 さとう 水あめ	620 747	背の青い魚 根の野菜

・赤磐市内の学校給食センターでは、赤磐産の物資を1日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。
・今月は赤磐産の物資として、米、さといも、生しいたけ、ピーマン、金糸瓜、なす、にんにく、たけのこ、チンゲン菜、シャインマスカットを使用する予定です。

中央学校給食センターにおける赤磐市内の農産物利用実績（1学期分）

＜5月＞

品名	回数	使用量・数等(kg)
赤磐米	3	300
ねぎ	1	8.0
さといも	1	34.0
鶏卵	1	32.0

＜6月＞

品名	回数	使用量・数等(kg)
赤磐米	13	1,350
きゅうり	5	84.0
たまねぎ	5	212.0
ねぎ	1	10.0
にんにく	7	2.3
生しいたけ	1	5.0
ズッキーニ	1	2.7
キャベツ	4	137.0
たけのこ	3	30.0
チンゲン菜	1	20.0
こまつ菜	1	20.0
じゃがいも	1	30.0
なす	1	19.0
黄にら	1	5.0
ミニトマト	1	1,355粒
大豆	2	27.0
鶏卵	1	45.0

＜7月＞

品名	回数	使用量・数等(kg)
赤磐米	13	1,300
もち米	1	7.0
玉ねぎ	3	62.0
にんにく	3	0.9
トマト	1	20.0
じゃがいも	4	100.0
オクラ	2	12.0
キャベツ	2	78.0
たけのこ	3	30.0
きゅうり	3	42.2
なす	1	12.0
ゴーヤ	1	7.0
アスパラ	1	13.0
ピーマン	2	12.0
生しいたけ	2	13.0
チンゲン菜	1	10.0
黄にら	1	2.0
ミニトマト	2	2,635粒
大豆	1	7.0
鶏卵	2	47.0

＜8月・・・予定含む＞

品名	回数	使用量・数等(kg)
赤磐米	7	710
にんにく	2	0.3
さといも	2	57.0
生しいたけ	2	12.0
金糸瓜	1	25.0
ピーマン	3	13.5
なす	2	36.0
たけのこ	1	10.0
チンゲン菜	1	18.0
Sマスカット	1	2,510粒

※5月の最終週からの給食開始となった影響で、前半は少なかったものの、8月の給食実施により全体としては、例年並みの利用回数となっています。

1学期の利用回数の変化　67回(H24)→93回(H25)→103回(H26)→113回(H27)→131回(H28)→124回(H29)→143回(H30)→114回(R1)→126回(R2)