

2020年 8月



献立表



新宮市立熊野川中学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間・ 血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	緑の仲間・ 体の調子を整える	1食分 - たんぱく質
18 火	コッパン (ジャム)			コッパン	ジャム	612 kcal
	救給コーンポタージュ			玄米	とうもろこし 玉ねぎ にんじん	19.1 g
	ももゼリー				ももゼリー	
19 水	カレーライス		豚肉	精白米 じゃがいも	玉ねぎ にんじん グリンピース	893 kcal
	フルーツ白玉			上白糖 白玉粉	もも みかん パイン すいか	24.1 g
20 木	ご飯			精白米		737 kcal
	塩鮭		鮭			37.9 g
	きゅうりの梅あえ		ちくわ	三温糖	きゅうり 梅干し	
	切り干し大根の炒め煮		鶏肉 油揚げ	三温糖	切干しだいこん にんじん	
21 金	菜めし			精白米		705 kcal
	肉みそうどん		豚ひき肉 赤みそ みそ	うどん サラダ油 三温糖 ごま油 かたくり粉	にんじん ねぎ 玉ねぎ にんにく しょうが	26.3 g
	ワカメサラダ		わかめ	三温糖 ごま油	もやし きゅうり	
24 月	ご飯			精白米		895 kcal
	キャベツミンチカツ		豚ひき肉 たまご	パン粉 小麦粉 サラダ油 三温糖	玉ねぎ キャベツ	30.2 g
	ブロッコリー				ブロッコリー	
	ひじきの炒め煮		ひじき 平天	サラダ油 三温糖	にんじん ごぼう 青ピーマン	
25 火	ご飯			精白米		828 kcal
	鶏肉のきんぴらチーズ焼		鶏肉 チーズ	サラダ油 三温糖 ごま ごま油	ごぼう にんじん	35.0 g
	粉ふきいも		あおりのり	じゃがいも		
	とうふとわかめのすまし汁		豆腐 わかめ		えのき ねぎ	
26 水	冷やし中華		たまご 豚肉	中華めん 上白糖 サラダ油	きゅうり もやし ミニトマト ねぎ しょうが	819 kcal
	ちくわのかき揚げ		ちくわ たまご	小麦粉 上白糖 サラダ油	玉ねぎ	32.0 g
27 木	ご飯			精白米		803 kcal
	豚肉の柳川風煮		豚肉 たまご	上白糖	ごぼう 玉ねぎ にんじん	31.4 g
	スパゲティツナサラダ		つな	スパゲティー マヨネーズ	りんご にんじん きゅうり キャベツ	
28 金	キムチチャーハン		豚肉	精白米 三温糖 サラダ油 ごま油	キムチ にんじん ねぎ にんにく	737 kcal
	白菜と肉団子スープ		鶏ひき肉 たまご	かたくり粉 ごま油	玉ねぎ はくさい しめじ にんじん ねぎ えのき	28.4 g
31 月	ご飯			精白米		858 kcal
	他人煮		豚肉 たまご	三温糖	にんじん 玉ねぎ ねぎ	37.3 g
	春雨のあまから煮		豚ひき肉 えび	はるさめ 三温糖 ごま油	ねぎ にんにく キャベツ にんじん	
	グレープ寒天		寒天	上白糖	ぶどうジュース	

○材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。★はアレルギー食材です。

お知らせ

8月18日の献立は、衛生点検により調理室が使用できないため、災害時給食用非常食(救給コーンポタージュ)などを提供いたします。ご理解よろしくお願いたします。

～救給コーンポタージュ(玄米入り)～

☆アレルギー特定原材料等27品目すべて不使用です。(牛乳・乳製品使用していません)

☆温めなくても、水がなくても、そのまま食べられます。

☆成長期の子どもたちが安心して食べられるように、国産のとうもろこし・たまねぎ・にんじん・玄米を使用しています。

☆全国の栄養教諭・学校栄養職員が、非常事態に備えて、電気・ガス・水道が途絶えた中で、救援物資が届くまでの

「いのちをつなぐ」非常食を開発しました。