

2021年

## 8月 学校給食 予定献立表

日曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質(g)	
23月	★牛乳	★牛乳				881	27.2	
	夏野菜 カレー	(タ-ミックライ) (ルウ) 鶏肉	にんにく 玉葱 スギニ なす 人参 生姜 にんにく 苺-オカ トト缶	米 麦 サラダ油 小麦粉	ターメリック カレー粉 カレールウ			
	白花豆のコロッケ			コロッケ サラダ油	中濃ソース			
	コールスローサラダ (★ドレッシング)		キャベツ きゅうり 人参 コーン		★ドレッシング			
	冷凍みかん		冷凍みかん					
24火	★牛乳	★牛乳				883	32.3	
	ご飯			米				
	鶏の甘酢あんかけ	鶏肉	長葱 生姜	でん粉 小麦粉 サラダ油 三温糖 ごま油				
	浅漬け	昆布	キャベツ 大根 きゅうり 人参 生姜					
	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 わかめ 油揚げ	長葱		白みそ 赤みそ だし(鰹節・昆布)			
25水	★牛乳	★牛乳				753	22.2	
	冷やし中華	(中華麺) (貝) (★だれ)	わかめ 錦糸卵	中華麺 サラダ油 もやし きゅうり ピーマン				
	春巻き			春巻き サラダ油	★だれ			
	★ヨーグルト	★ヨーグルト						
26木	★牛乳	★牛乳				786	31.8	
	わかめご飯	わかめご飯の素		米 麦				
	筑前煮	鶏肉 凍り豆腐	人参 たけのこ さやいんげん	こんにゃく 里芋 サラダ油 三温糖				
	厚焼き玉子	厚焼き玉子						
	はりはり漬け	昆布	きゅうり 人参 切干大根	三温糖 ごま				
27金	★牛乳	★牛乳				707	30.7	
	★ソフトフランスパン			★ソフトフランスパン				
	ホキのエスカベッシュ	ホキ(でん粉付)	玉葱 人参 ピーマン パセリ	サラダ油 オリーブ油 グラニュー糖	白ワインビネガー			
	コーンポテト		クリームコーン パセリ	じゃが芋 バター				
	カボナータ	豚肉 アンチョビ	玉葱 なす スギニ ピーマン にんにく トマト缶	オリーブ油	バジルパウダー オレガノパウダー			
30月	★牛乳	★牛乳				792	27.7	
	中華丼	(麦ご飯) (貝)	豚肉	米 麦 生姜 白菜 玉葱 人参 チンゲン菜 たけのこ きくらげ	ごま油 でん粉			オイスターソース
	大豆と小魚の青のり風味	大豆 煮干し のり			サラダ油			
	フルーツ白玉		みかん缶 パイン缶		白玉団子 グラニュー糖 黒砂糖			
31火	★牛乳	★牛乳				714	28.1	
	(★ピタパン)			★ピタパン				
	ピタサンド	(チリコンカン) 大豆 金時豆 手亡豆 枝豆 豚肉 ベーコン 大豆ミート	玉葱 にんにく トマト缶 ソテーオニオン	サラダ油 三温糖	パプリカ デミタラース トマトケチャップ チリソース 中濃ソース キャベツパウダー ローリエパウダー			
	キャラメルポテト			さつま芋 砂糖 グラニュー糖 バター 生クリーム				
	海藻サラダ	海藻ミックス	もやし 大根 きゅうり コーン	ごま油 三温糖 ごま				
回数	※ 「その他」に含まれる以下の食品については、記載を省略しています						平均	
7	食塩 しょう油 しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米 ※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						788	28.6

27日(金) ホキのエスカベッシュ…エスカベッシュは、揚げたり茹でたりした肉や魚に、オリーブ油やワインビネガーなどで作ったたれをかけた地中海料理の一つです。

カボナータ…なす、ズッキーニ、トマトなどの夏野菜をたっぷり使った、イタリア・シチリア島の伝統料理です。材料はフランス料理のラタトゥイユと似ていますが、ラタトゥイユに比べてしっかりとした味付になっています。給食では、うまみを出すためにアンチョビや豚肉も使い、バジルやオレガノなどのハーブで風味付けします。

