

令和4年度		8・9月分 小学校給食予定献立表(箕田小学校)				鴻巣市教育委員会		食品のしゅるい				エネルギー		
日曜	こんだてめい	食品のしゅるい				たんぱく質	日曜	こんだてめい	食品のしゅるい				たんぱく質	
		エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちよしをとのえるもとになる(みどり)	調味料				エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちよしをとのえるもとになる(みどり)	調味料		
8月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			606	⑮木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			591	
	キムチチャーハン	こめ ごまあぶら あぶら	ぶたにく	にんじん には たけのこ はくさいキムチ	塩 中華だし 酒 しょうゆ			こめ あぶら さとう	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん	しょうゆ 酒 塩			
	しょうろんぼう(低1こ・高2こ)		しょうろんぼう					あぶら	きびなごかりかりフライ					
	⑳水	だいこんとしめじのちゅうかスープ		とりにく とうふ	にんじん だいこん しめじ ねぎ			中華だし 塩	あぶら ごまあぶら	ぶたにく とうふ にほご みそ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	かつおさばだし		
9月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			614	⑯金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			641	
	トマトカレーライス	こめ		たまねぎ にんにく しょうが にんじん トマト	カレー粉 ウスターソース 塩 こしょう スープストック ガラムマサラ 白ワイン			じゃがいも でんぷん あぶら さとう	ぶたにく	ピーマン しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ	しょうゆ 中華だし ケチャップ 酢 こしょう			
1木	こんにゃくいりかいそうサラダ	あぶら パター こむぎこ	ぶたにく	かいそうミックス(わかめ・こんぶ・とさかのり)	サラダこんにゃく キャベツ コーン			わかめスープ	ごま	わかめ とうふ うずらたまご	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	18%	
						15%		チーズ		チーズ				
2金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			623	⑳火	振替休業日					619	
	ライスボールパン	ライスボールパン												
	きのこスパゲティ	スパゲティ パター	ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ マッシュルーム エリンギ にんにく パセリ	スープストック しょうゆ 塩 こしょう									
5月	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット		キャベツ きゅうり あかパプリカ コーン								16%	
	イタリアンサラダ													
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			597	㉑水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			619	
	パエリア	こめ パター あぶら	シーフードミックス(えび・いか・ほたて・たこ) あさり	にんじん たまねぎ さやいんげん	ターメリック 塩 こしょう スープストック			こめ	ますのからみゆき		ますのからみづけ			
オムレツ		オムレツ			ごまあぶら さとう			あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	酒 しょうゆ				
なつやさいスープ	マカロニ オリーブオイル	ベーコン	にんじん なす スズキニ ピーマン にんにく トマト	ケチャップ スープストック 塩 こしょう	じゃがいも あぶら			ベーコン ぎゅうにゅう とうふ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ	かつおさばだし こしょう				
⑥火	れいとうみかん			みかん		16%		あいしゅうじる						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			703	㉒木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			616	
	いなかうどん	じごなうどん						こめ さとう あぶら ごま	とりにく あぶらあげ	にんじん	塩 酢 しょうゆ 酒			
	にんじんしりしり(沖縄県の郷土料理)	ごまあぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	ねぎ ほししいたけ こまつな なす	かつおだし しょうゆ みりん			あぶら さとう	いかでんぷんつき	しょうが	酒 しょうゆ			
くどうむしパン	ホットケーキミックス パター くらざとう	くらまめ ぎゅうにゅう			じゃがいも			みそ	なす たまねぎ	かつおさばだし				
⑦水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			605	26月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			605	
	ひきにともやしのあんかけどん	こめ		しょうが にんにく もやし ピーマン あかパプリカ	豆板醤 しょうゆ 塩 酒			こめ	コスタリカライス					
	チンゲンサイのスープ	さとう あぶら ごまあぶら でんぷん	ぶたにく	しょうが にんにく もやし にんじん ほししいたけ	しょうが にんにく もやし ピーマン あかパプリカ			オリーブオイル でんぷん	とりにく だいず	たまねぎ マッシュルーム あかパプリカ きパプリカ	ケチャップ 中濃ソース しょうゆ 塩 デミグラスソース スープストック			
	ハニーピーナッツ	ごまあぶら	ベーコン うずらたまご	にんじん チンゲンサイ ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう			あぶら じゃがいも	ウィンナー	キャベツ たまねぎ エリンギ	スープストック 塩 こしょう			
8木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			611	㉓火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			607	
	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン						こめ	ごはん					
	とりにくのパプリカージュ	あぶら	とりにく なまクリーム	マッシュルーム たまねぎ トマト ピーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン			あぶら さとう でんぷん	ハンバーグ	たまねぎ えのきたけ ほししいたけ エリンギ	酒 みりん しょうゆ			
	こふきいも	じゃがいも		パセリ	塩 こしょう			あぶら じゃがいも さとう ごま	ベーコン	にんじん ピーマン	しょうゆ コンソメ 唐辛子			
⑨金	ウィンナーとレンズまめのスープ	ウィンナー レンズまめ	にんじん たまねぎ コーン	コンソメ 塩 こしょう		22%		とうふのみそしる		とうふ わかめ みそ	ねぎ だいこん	かつおさばだし	16%	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			639	㉔水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			641	
	ごはん(ここのとりでんせつまい)	こめ						くらパン	くらパン					
	さぼのしおやき	あぶら さとう さといも でんぷん	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ			あぶら じゃがいも さとう カシューナッツ	ホキでんぷんつき	ピーマン きパプリカ	しょうゆ 豆板醤 ケチャップ			
おつきみじる	だまこもち	あさり	だいこん にんじん えのきたけ こまつな ねぎ	かつおさばだし しょうゆ 塩	ワンタンスープ			ワンタンのかわ ごまあぶら	ぶたにく	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが				
12月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			599	㉕木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			597	
	しよくパン	しよくパン						こめ くり あぶら さとう ごま	あぶらあげ	にんじん	塩 しょうゆ 酒			
	いちごジャム	いちごジャム						あつやきたまごのおろしかけ	あつやきたまご	だいこん	しょうゆ みりん			
	チリコンカン	あぶら	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん にんにく	赤ワイン トマトソース ケチャップ 塩 ウスターソース こしょう オレガノ チリパウダー			じゃがいも あぶら	ぶたにく とうふ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	かつおさばだし			
⑬火	コーンサラダ				キャベツ きゅうり コーン	19%		ぶたじる						
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			613	30金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			572	
	やさしいラーメン	ホットちゅうかめん						しょうゆ あぶら	ハム チーズ	たまねぎ マッシュルーム ピーマン	トマトソース 塩 こしょう ナツメグ オレガノ			
	えびとポテトのからあげ	じゃがいも あぶら	こえびのからあげ	にんにく にんじん には キャベツ もやし ほししいたけ ねぎ	パイタン 中華だし 塩 こしょう			じゃがいも	にくだんご	たまねぎ キャベツ きパプリカ にんじん パセリ	しょうゆ スープストック 塩 こしょう			
ミニトマト(2こ)			ミニトマト		ぶどうゼリー			ぶどうゼリー						
⑭水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			666	○印は、はしを持ってく日です 忘れずに持ってきましょう	給食回数		学校給食摂取基準		エネルギー 650 kcal	8・9月平均摂取量 618 kcal	
	ごはん	こめ						20回	たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%		26.3g(17.0%)			
	さんまのかばやき	あぶら さとう	さんまでんぷんつき		酒 しょうゆ									
	もやしとこまつなのおひたし		もやし こまつな えのきたけ		しょうゆ									
ピリからみそしる	じゃがいも	とうふ わかめ みそ	コーン ねぎ	かつおさばだし 唐辛子粉		15%								

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。
【肉・青果等の産地(令和4年度7月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。
豚肉:埼玉 鶏肉:青森 にんじん:青森 たまねぎ:兵庫 じゃがいも:茨城 ねぎ:茨城 キャベツ:群馬 きゅうり:埼玉 おくら:鹿児島 ゴーヤ:茨城 もやし:群馬 ごぼう:青森 トマト:青森

9月10日(土)の十五夜にちなみ、前日の9日(金)は十五夜献立です★

