

8月のこんだて表

★ぎゅうにゅうは、まいにちつきます！*砂川市学校給食センター

日		曜	献立	材料	日		曜	献立	材料	日		曜	献立	材料
<p>含まれているアレルギー物質は、次のマークで示しています。</p> <p>卵・・・● えび、かに、ホタテ、かき貝・・・△ 牛乳、乳製品・・・■ ナッツ・・・▲ チョコレート・・・○ パン・・・※ 小麦粉・・・# ごま・・・□</p> <p>※31日「じゃりんこ夏野菜カレー」の卵（●マーク）は、カレー粉の原材料に含まれています。</p>														
		★	#とろろぼろどん	とりにく、にんじん、ごぼう、しょうが、こむぎ、だいず、こめ			★	ごはん	こめ			★	●●#テニッシュパン	
		★	ぐだくさんじる	とうふ、だいこん、こんにゃく、ごぼう、にんじん、こまつな、ながねぎ、あぶらあげ、だいず、にほし、かつお・まぐろエキス、あさりエキス、こんぶエキス			★	ふたじり	ふたにく、じゃがいも、たまねぎ、とうふ、こんにゃく、ごぼう、にんじん、ねぎ、だいず			★	●#レタスとたまごのスープ	レタス、にんじん、けいらん、ほししいたけ、ベーコン、こむぎ、だいず、とりにく
		(火)	#かぼちゃのコロッケ	かぼちゃ、じゃがいも、たまねぎ、こむぎ、だいず			(水)	さばのみそに	さば、だいず			(木)	#トマトチキン	とりにく、たまねぎ、りんご、にんにく、だいず、こむぎ
	634		パックソース	トマト、にんじん、りんご		652		#□ごもくほるさめ	はるさめ、とりにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、こめ、こむぎ、だいず、ごまあぶら		646		■#フロッコリーサラダ	ブロッコリー、コーン、まぐろ、チーズ、たまねぎ、ピーマン、にんにく、しいたけ、しょうが、りんご、プルーン、かつおぶしエキス、とりにく、ふたにく、こむぎ、だいず
	29.9					26.1		ごはん	こめ			★	●#ミートスパゲッティ	スパゲティ、たまねぎ、ふたにく、にんじん、だいず、ピーマン、エリンギ、トマト、チーズ、とりにく、こむぎ、ぎゅうにく、にんにく、しょうが
23		★	#ジンギスカン	こひつじにく、りんご、たまねぎ、もやし、にんじん、こむぎ、だいず、しょうが、こめ、オレンジ、みかん、にんにくパウダー			★	とうふのみそじる	とうふ、たまねぎ、ながねぎ、にんじん、エリンギ、にんにく、しょうが、ぎゅうにく、こむぎ、だいず、りんご、トマト、こんぶエキス、とりにく、ぎゅうにく、せいにゅう			(木)	■フルーツらたまカルピスあじ	もちこめこ、みかんかん、パンかん、ももかん、にゅう、だいず
		(月)	ミニトマト(ひとり2こ)	ミニトマト			(水)	#さけのてりやき	さけ、だいず、こむぎ、こめ			★	●#もやしとぎゅうりのピリからあえ	もやし、ぎゅうり、にんじん、こむぎ、だいず、みずあめ、そらまめ
	682		■ゆうぼりメロンピュアゼリー	メロン、ぶどうしゅ、レモンかじゅう、だっしゅんにゅう		612		#じゃがいものそばろに	じゃがいも、とりにく、にんじん、さやいんげん、だいず、こむぎ、こめ		721		■チーズニータチース	チーズ
	43.7					32.6		ごはん	こめ			★	●●#□じゃりんこなつやさいカレー	こめ、ふたにく、たまねぎ、じゃがいも、トマト、にんじん、なす、ズッキーニ、いんげん、カラピーマン、にんにく、しょうが、ぎゅうにく、こむぎ、りんご、こめ、とりにく、だいず、オリーブゆ、けいらん、チーズ、バナナペースト、こんぶエキス、ココア、はちみつ
		(月)	■ゆうぼりメロンピュアゼリー	メロン、ぶどうしゅ、レモンかじゅう、だっしゅんにゅう		25.9		ミニトマト(ひとり2こ)	ミニトマト			(火)	■#いわしのしょうがに	いわし、みずあめ、しょうが、こんぶだし、こむぎ、だいず
	609		#□ふたにくといものピリからいため	じゃがいも、ふたにく、えだまめ、にんにく、だいず、こめ、こむぎ、みずあめ、そらまめ、ごまあぶら		661		※パインゼリー	パインかじゅう、パインかにく、グラニューとう		18.4			

こんげつのじもとしょくざい



うえはらポーク きゅうり こめこ ななつほしまい ほししいたけ ミニトマト
(すながわ・ないえ・うらうすさん) (ないえさん) (すながわ・ないえさん)

すながわさんのこめこをしようすひ

27日(金)
ごまザンギ

今月の平均栄養量

()内の数字は基準栄養所要量

エネルギー650kcal (650)
たんぱく質28.1g (21.1~32.5)
脂質23.0g (14.5~21.5)
塩分2.8g (2.0)
カルシウム368mg (350)
鉄分1.9mg (3.0)
食物繊維3.4g (4.5)

23日

ほっかいどう とうち ~北海道のご当地グルメ~ きゅうしょく ジンギスカン給食!

この日のジンギスカンは、滝川市にある松尾ジンギスカンさんがプレゼントしてくれる“特上ラム肉のジンギスカン”を使用して調理を行います。ジンギスカンは羊の肉で、特上ラム肉は、もも肉の一番やわらかい部分です。今回でいただくのは3回目となります。

松尾ジンギスカンさんは、「地元の子どもたちにジンギスカンをもっと食べてほしい!」「給食の思い出にしてほしい!」との思いから、プレゼントして下さいます。

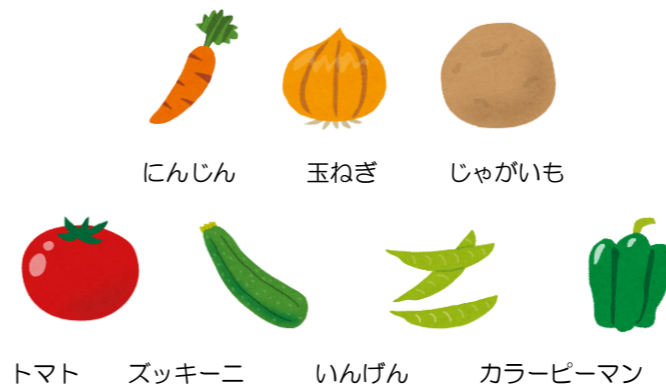
給食センターでは、松尾ジンギスカンさんの思いも込めて調理するので、おいしく味わって食べてくれるとうれしいです!

松尾ジンギスカンさんから
特上ラム肉いただきます!



31日

すながわ・ないえさん やさい きゅうしょく 砂川・奈井江産の野菜たっぷり給食 なつやさい じゃりんこ夏野菜カレー!



にんじん 玉ねぎ じゃがいも
トマト ズッキーニ いんげん カラーピーマン

- ・日にちの前に★のマークがついている日は、スプーンがつきます。
- ・お箸は毎日持参をしてください。毎日洗って清潔なものを使いましょう。
- ・都合により献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。
- ・献立表の中で作ってみたいメニューがあればお気軽に給食センターまで連絡してください。TEL 52-2229

