

8月の献立表

★牛乳は、毎日つきます！（中学校用）※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・・・○ パイン・・・※ 小麦粉・・・# ごま・・・□</p> <p>※31日「じゃりんご夏野菜カレー」の卵（●マーク）は、カレー粉の原材料に含まれています。</p>												
	★	17	#鶏とほろ丼	鶏肉、人参、ごぼう、生姜、小麦、大豆、米	★	18	ごはん	米	★	19	■#デニッシュパン	
	(火)	798	具だくさん汁	豆腐、大根、こんにゃく、ごぼう、人参、小松菜、長葱、油揚げ、大豆、煮干し、鰹・まぐろエキス、あさりエキス、昆布エキス	(水)	768	豚汁	豚肉、じゃがいも、玉葱、豆腐、こんにゃく、ごぼう、人参、ねぎ、大豆	(木)	773	●#レタスと卵のスープ	レタス、人参、鶏卵、干し椎茸、ベーコン、小麦、大豆、鶏肉
	★	37.5	#かぼちゃのコロッケ	かぼちゃ、じゃがいも、玉葱、小麦粉、大豆	(水)	29.5	さほのみと煮	さば、大豆	(木)	30.4	#トマトチキン	鶏肉、玉葱、りんご、にんにく、大豆、小麦
	★	798	パックソース	トマト、人参、りんご	(水)	768	#□五日春雨	春雨、鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、にら、椎茸、米、小麦、大豆、ごま油	(木)	773	■#フロッコリーサラダ	ブロッコリー、コーン、まぐろ、チーズ、玉葱、ピーマン、にんにく、椎茸、生姜、りんご、パルーン、鰹節エキス、鶏肉、豚肉、小麦、大豆
	★	830	■タ張メロンピュアゼリー	メロン、ぶどう酒、レモン果汁、脱脂粉乳	(火)	727	■#ソフトフランスパン		(木)	881	■#ミートスパゲッティ	スパゲッティ、玉葱、豚肉、人参、大豆、ピーマン、エリンギ、トマト、チーズ、鶏肉、小麦、牛肉、にんにく、生姜
	★	54.8	■#ミントマト(ひとり2個)	ミントマト	(火)	30.2	■#フラウンシチュー	豚肉、玉葱、じゃがいも、人参、エリンギ、にんにく、生姜、牛乳、小麦、大豆、りんご、トマト、昆布エキス、鶏肉、牛肉、生乳	(木)	35.9	■#フルーツ白玉カルピス味	もち米粉、みかん缶、パイン缶、もも缶、乳、大豆
	★	749	#じゃがいものどほろ煮	じゃがいも、鶏肉、人参、さやいんげん、大豆、小麦、米	(水)	39.2	■#ほうれん草オムレツ	鶏卵、ほうれん草、大豆	(金)	812	#もやしときゅうりのピリ辛和え	もやし、きゅうり、人参、小麦、大豆、水あめ、そら豆
	★	830	■#厚揚げと小松菜の味噌汁	玉葱、厚揚げ、小松菜、人参、煮干し、鰹・まぐろエキス、あさりエキス、昆布エキス	(火)	816	●#□じゃりんご夏野菜カレー	米、豚肉、玉葱、じゃがいも、トマト、人参、なす、ズッキーニ、いんげん、カレーピーマン、にんにく、生姜、牛乳、小麦、りんご、ごま、鶏肉、大豆、オリーブ油、鶏卵、チーズ、バナナペースト、昆布エキス、ココア、はちみつ	(金)	33.0	■#ティスニー型チーズ	チーズ
	★	770	#いわしのしょうが煮	いわし、水あめ、生姜、昆布だし、小麦、大豆	(火)	21.9	■#ミントマト(ひとり2個)	ミントマト	(金)	33.0	■#パイセンゼリー	パイン果汁、パイン果肉、グラニュー糖
	★	33.0	#□豚肉と芋のピリ辛炒め	じゃがいも、豚肉、枝豆、にんにく、大豆、米、小麦、水あめ、そら豆、ごま油	(火)	816	■#パイセンゼリー	パイン果汁、パイン果肉、グラニュー糖	(金)	33.0	■#パイセンゼリー	パイン果汁、パイン果肉、グラニュー糖

今月の地元食材



上原ポーク きゅうり 米粉 ななつほし米 干し椎茸 ミニトマト
(砂川・奈井江・浦臼産) (奈井江産) (砂川・奈井江産)

砂川産の米粉を使用する日

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796kcal (830)
たんぱく質34.2g (26.9~41.5)
脂質27.1g (18.5~27.7)
塩分3.5g (2.5)
カルシウム405mg (450)
鉄分2.5mg (4.5)
食物繊維4.4g (7.0)

23日 ~北海道のご当地グルメ~ 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寄贈して下さる“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。今回で寄贈して下さるのが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、寄贈して下さいます。

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嬉しいです!

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 砂川・奈井江産の野菜たっぷり給食 じゃりんご夏野菜カレー!



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

