

日

曜

水

木

6

月

火

8

水

9

木

10

金

月

14

火



アーモンドフィッシュ

えび、牛乳、脱脂粉乳

とうふ 豆腐ハンバーグ

ぎゅうにゅう 牛乳

茎わかめ

ぎゅうにゅう 牛乳

ぶたにく **豚肉**

ぎゅうにゅう 牛乳

ぎゅうにゅう 牛乳

がたにく 豚肉, つと

ぎゅうにゅう 牛乳

とうふ ぶたにく 豆腐, 豚肉

若鶏のごま照り焼き

真ホッケ和風フライ

とりにくだいずぎゅうにゅう 鶏肉,大豆,牛乳

みかん 607kcal ^{むぎ} 麦ごはん むぎめし ぎゅうにゅう 麦飯/牛乳 じゃがいも, 小麦粉. バター 13 キーマカリー

かき

アーモンドフィッシュ 576kcal

ごはん/牛乳

がたにく **豚肉と芋の甘辛炒め**

バンサンスー 600kcal

よ粉丸コッペ切込みパン/牛乳

マカロニクリーム煮

豆腐ハンバーグカクテルソース

まんやさい 温野菜 691kcal

ごはん/牛乳

のつぺい汁

豚キムチ

若鶏のごま照り焼き

りんご(ふじ) 755kcal

きゅう しょく

ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん た。 焼きちくわ、油揚げ、高野豆腐 こんにゃく, じゃがいも, でんぷん

植物油,ごま油

フライドポテト, 白絞油

じゃがいも, こんにゃく, 三温糖, 植物油

マカロニ, 植物油, 小麦粉, バター

はるさめ、三温糖、ごま油

なくじんづけ 福神漬

ごはん

パン

しらしめゆ さんおんとう 白絞油,三温糖

フルーツのゼリーあえ 744kcal マスカットゼリー 米粉コッペパン/牛乳 パン ワンタン皮 ワンタンスープ

皮付フライドポテト 657kcal ごはん/牛乳 ごはん しょくぶつゆ さんおんとう 植物油, 三温糖, でんぷん 豆腐のオイスターソース煮 15 白統油 水 真ホッケ和風フライ

給食ができるまで

みなさんが毎日食べている給食はどうやって作られているのでしょうか? きゅうしょく 給食ができるまでには、たくさんの人や物が関わっています。

りんご

かき

いんげん、しめじ、にんじん

マッシュルーム, ^{たま}なぎ, にんじん, パセリ

キャベツ, 白菜キムチ, にら, にんじん

いんげん, 玉ねぎ, しょうが, トマト

にんじん, しいたけ, _{をが}

ピーマン, 長ねぎ, にんじん, たけのこ, しょうが, にんにく

もやし、にんじん

キャベツ

^{ふゆ} 冬みかん

ふくじんづけ 福神漬

みかん, パイン

ごぼう, にんじん



こんだてさくせい	②生産 りょうし のうか せいさんしゃ 漁師や農家など生産者がとって	3販売・配送 ***********************************	新米のおいしい季節です
おいしさ、旬など食べる人のことを	きた食べもの、大事に育てられた	室のある学校へ運ばれます。	日本の主食であるお米の歴史は古く、縄文
考えて献立をつくり,	食べものが給食に使われます。		じだい すいでん いなさく ちゅうごくたいりく った 時代に水田による「稲作」が中国大陸から伝
ひつよう た 必要な食べものを ちゅうもん			やよいじだい ほっかいどう おきなわけん のぞ かくわり, 弥生時代には北海道と沖縄県を除く各
注文します。		はいぜん	地に広まりました。現在は北海道から沖縄県
④調理 はこれてきた食べものは、安全・	5配送 ちょうりしつ がっこう ちょうりしつ 調理室のない学校は, 調理室の	6配膳 ** ** ** ** ** ** ** ** **	まで全国各地で、おいしさや作りやすさを追求
			したさまざまな品種のお米が誕生しています。
新鮮なものかを確認し、給食に	ある学校から、できあがった給食	給食当番などにより配膳されます。	「新米」と表示できるのは、精米の場合、原
使われます。	が運ばれます。		りょうげんまい せいさん とし がっ にち 料玄米が生産された年の12月31日までに
調理員の手により、おい			せいはく ようきほうそう せいまい かぎ 精白し、容器包装された精米に限られてい
しい給食が作られます。			ます。