

令和 2 年度 8 月中学校給食予定献立表

三島市立錦田学校給食共同調理場

調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食	品	食	品	食	品	
3 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		800kcal 29.3g
	肉じゃが	豚肉		人参	玉葱	じゃが芋・白滝		
	お好み豆	白いんげん豆・きな粉			グリーンピース	砂糖・でん粉		
	みそ汁	生揚げ・みそ	わかめ	人参・葉葱	大根	でん粉・砂糖	植物油	
	型抜きチーズ		チーズ					
4 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		823kcal 24.2g
	ハヤシライス	豚肉	脱脂粉乳	人参・トマト缶	玉葱・グリーンピース	じゃが芋	バター	
	ヘルシーサラダ		チーズ	トマトソース	しょうが・にんにく	小麦粉	植物油	
	みかんゼリー			人参	パセリ・きゅうり・トマト缶	こんにやく・砂糖	ごま油	
					みかん缶	ゼリーの素		
5 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		805kcal 31.2g
	竹輪の磯辺揚げ	鶏卵・竹輪	青のり			小麦粉	植物油	
	切り干し大根と豚肉の炒め煮	豚肉・さつま揚げ		人参	切り干し大根	砂糖	植物油	
	みそ汁	みそ	わかめ	人参	玉葱・しめじ	じゃが芋		
	かつおぶりかけ	いわし節・かつお節				砂糖	ごま	
6 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		797kcal 32.9g
	親子丼	かまぼこ		人参	玉葱・筍缶	砂糖		
	すまし汁	鶏卵・鶏肉			グリーンピース・干し椎茸			
	大福アイス	豆腐		小松菜・人参・葉葱	玉葱	ふ		
		大豆	乳製品			でん粉・砂糖・米粉		
21 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		808kcal 26.2g
	夏野菜カレー	豚肉	脱脂粉乳	南瓜・トマト	玉葱・なす・グリーンピース	じゃが芋	植物油	
	りんごサラダ		チーズ	人参	しょうが・にんにく	カレールー		
	ヨーグルト		ヨーグルト	人参	パセリ・きゅうり・りんご	砂糖	植物油	
24 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		757kcal 31.4g
	豚キムチ	豚肉		人参	玉葱・もやし		植物油	
	ワンタンスープ	鶏肉	わかめ	葉葱	白菜キムチ・にんにく		ごま油	
	豆乳ココアプリン	豆乳	牛乳	小松菜・人参	キャベツ	ワンタンの皮	植物油・ごま油	
			脱脂粉乳			ココアプリンの素		
25 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		837kcal 28.6g
	魚の辛子マヨネーズ焼き	鮭				パン粉	マヨネーズ	
	キャベツのソテー			人参	キャベツ・ホールコーン	でん粉	バター	
	クリームスープ	鶏肉	牛乳・チーズ	人参	玉葱	じゃが芋	バター	
	のりふりかけ		のり	小松菜	小麦粉	植物油		
					砂糖	ごま		
26 (水)	レーズン入りロールパン・牛乳		牛乳・脱脂粉乳		レーズン	小麦粉・砂糖	ショートニング	878kcal 31.3g
	ポークビーンズ	豚肉・大豆		トマト缶・人参	玉葱・グリーンピース	じゃが芋・小麦粉	バター・植物油	
	フレンチサラダ			人参	きゅうり・パセリ・ホールコーン	砂糖	植物油	
	レモンゼリー				レモン果汁	砂糖		
27 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		885kcal 32.6g
	マーボー豆腐	豚肉		人参	玉葱・筍缶・干し椎茸	でん粉	植物油	
	じゃが芋の中華サラダ	豆腐・みそ		葉葱	しょうが・にんにく	砂糖		
	発酵乳		発酵乳	人参	パセリ・きゅうり・ホールコーン	じゃが芋・砂糖	植物油・ごま油	
28 (金)	さくらご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		833kcal 30.7g
	厚焼き卵	鶏卵				砂糖	植物油	
	生揚げの五目煮	生揚げ・豚肉		人参	筍缶・干し椎茸	砂糖	植物油	
	みそ汁	みそ			グリーンピース・しょうが	でん粉		
	桃のタルト	大豆		小松菜・葉葱	キャベツ・えのき茸	じゃが芋		
					桃	砂糖・米粉	植物油	
31 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		813kcal 32.5g
	ビーンズグラタン	白いんげん豆	牛乳・チーズ		玉葱・ホールコーン	マカロニ・小麦粉	バター	
	粉ふき芋	鶏肉	脱脂粉乳		しめじ・グリーンピース	パン粉・砂糖	植物油	
	キャベツスープ	豚肉		人参・小松菜	キャベツ・玉葱	じゃが芋		
			青のり			春雨		

【お知らせ】

錦田中学校 7日(金)は給食がありません。
山田中学校 7日(金)・31日(月)は給食がありません。
天候により、食材が変更になる場合があります。

【今月の学校給食で使用している野菜】

小松菜・じゃが芋・・・山田地区の杉本正博さん
しめじ・・・川原ヶ谷地区の長谷川 健一さん
葉葱・・・小沢地区の山田貴臣さん
トマトソース・・・三島ときめき連絡協議会トマトグループの加藤英子さん