



平成21年度6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

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (kcal) たんぱく質(g)
3 (水)	ミートソース(ソフトめん)・牛乳 野菜サラダ キャロット蒸しパン	豚肉 鶏卵	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	ソフトめん 小麦粉 バター 植物油	936kcal 32.0g
4 (木)	二色丼(ご飯(麦))・牛乳 (ツナそぼろ・炒り卵) みそ汁・剣先するめ・ブルーベリー	マグロ油漬・鶏卵 マグロ水煮・みそ 油揚げ・剣先するめ	牛乳 ちりめんじゃこ	精白米・麦 じゃがいも ゼリーの素	822kcal 32.1g
5 (金)	ご飯(麦)・牛乳 酢豚(うずらの卵) ワタンスープ・ちりめん田煮	豚肉 うずらの卵	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ	精白米・麦 でん粉・じゃが芋 わたん皮	798kcal 34.0g
8 (月)	ご飯(麦)・牛乳・ふりかけ 魚のからしあん・焼き・野菜ソテー みそ汁・ヒレステーキ(ヒレステーキ)	さけ 豆腐 みそ	牛乳 わかめ ヒレステーキ	精白米・麦 パン粉 ヒレステーキの素	786kcal 30.0g
9 (火)	カレーライス(福神漬)・牛乳 フレンチサラダ 加工小魚	豚肉	牛乳・小魚 脱脂粉乳 チーズ	精白米・麦 じゃがいも カレールー	839kcal 29.4g
10 (水)	ポテトミートサンド・牛乳 あじのフリッター・トマトと卵の卵 フルーツカクテル	豚肉・鶏卵 ベーコン あじ	牛乳 チーズ	パン でん粉・小麦粉 じゃがいも	772kcal 32.6g
11 (木)	マーボトーフ丼・牛乳 じゃがいもの中華サラダ 牛乳かん	豆腐 豚肉 みそ	牛乳 粉寒天	精白米・麦 でん粉 じゃがいも	873kcal 32.7g
12 (金)	五目炊き込みご飯(麦)・牛乳 ししゃも竜田揚げ・切干大根の煮物 みそ汁・ミルクプリン	さつまいも 油揚げ・みそ あさり	牛乳・ししゃも 脱脂粉乳・卵 生クリーム	精白米・麦 でん粉 シリアル素	794kcal 29.7g
15 (月)	ご飯(麦)・牛乳 加工卵焼き(卵)・アスパラガス 野菜のピザ・ナッツ和え・昆布の佃煮	鶏卵 ポークウィンナー ベーコン	牛乳・チーズ ちりめんじゃこ 昆布の佃煮	精白米・麦 バター・マヨネーズ らっかせい	838kcal 32.6g
16 (火)	ご飯(麦)・牛乳 じゃがいものそぼろ煮・みそ汁 納豆(卵付)・みかんゼリー	豚肉 油揚げ・みそ 納豆	牛乳	精白米・麦 でん粉 じゃがいも	860kcal 27.9g
17 (水)	みそラーメン(中華めん)・牛乳 桜えびしゅうまい 野菜のオイスター炒め・果物	豚肉・みそ 焼き豚・桜えび たらすり身	牛乳	中華めん でん粉 小麦粉	780kcal 33.4g
18 (木)	ご飯(麦)・牛乳 まぐろと大豆のかき揚げ・おひたし みそ汁・お茶漬け(ふりかけ)・果物	まぐろ 大豆・鶏卵 みそ	牛乳 わかめ	精白米・麦 でん粉 焼きふり	787kcal 35.5g
19 (金)	ご飯(麦)・牛乳 あじの干物・五目豆 みそ汁・のりの佃煮・豆腐山椒	あじの干物・大豆 鶏肉・みそ・豆乳 油揚げ・焼き竹輪	牛乳・脱脂粉乳 二分切り昆布 のりの佃煮	精白米・麦 こんにゃく 山椒素	766kcal 37.5g
22 (月)	ご飯(麦)・牛乳 オムレツ・豆腐のカレー煮 肉団子スープ・あじさいゼリー	鶏卵・豚肉・牛肉 いんげん豆 冷凍豆腐・つくね	牛乳	精白米・麦 はるさめ・でん粉 カレールー	791kcal 29.6g
23 (火)	わかめご飯(麦)・牛乳 生揚げの五目煮 みそ汁・発酵乳	豚肉 生揚げ・油揚げ みそ	牛乳 発酵乳 わかめ	精白米・麦 じゃがいも	793kcal 32.6g
24 (水)	こま入り食パン・牛乳・はちみつ ポークビーンズ パンサンスー(炒り卵)	豚肉 大豆 鶏卵	牛乳	パン・はちみつ じゃがいも はるさめ・小麦粉	799kcal 31.3g
25 (木)	ご飯(麦)・牛乳 チンジャオロース・中華コーンスープ かつおぶしかけ・ブルーベリーゼリー	豚肉 豆腐 鶏卵	牛乳 かつおぶしかけ	精白米・麦 でん粉 じゃがいも	830kcal 34.5g
26 (金)	ご飯(麦)・牛乳 さばのみそ煮・含め煮 みそ汁・果物	さば・鶏肉 生揚げ みそ	牛乳 わかめ	精白米・麦 こんにゃく じゃがいも	791kcal 34.2g
29 (月)	ご飯(麦)・牛乳 焼きいか・五目きんぴら・みそ汁 おきあみ佃煮・果物	いか・さつまいも みそ・生揚げ おきあみ佃煮	牛乳	精白米・麦 こんにゃく じゃがいも	723kcal 32.5g
30 (火)	ご飯(麦)・牛乳 きびなごフライ・ジャーマンポテト 豚汁・ひじきふりかけ	きびなご・豚肉 みそ・豆腐 ポークウィンナー	牛乳 ひじきふりかけ	精白米・麦 じゃがいも 小麦粉・パン粉	773kcal 26.7g

【お知らせ】



錦田中学校

1日(月)・2日(火)は、給食がありません。
3日(水)は、1年生の給食がありません。



学校給食で使用している小松菜は、三島市の山田地区の杉本正博さんの畑で栽培されたものです。
トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを使用しています。

山田中学校

1日(月)・2日(火)・3日(水)・25日(木)は、給食がありません。