



令和2年4月 学校給食献立予定表(中学校)



津山市立戸島学校食育センター

ひつけ 日付	こんだて 献立名	エネルギー (kcal) タンパク(g)	おもなざいりょう				
			からだづく 体を作るものになる	からだちよし との 体の調子を整える	エネルギーのもとになる		
10(金)	チャンポン ^{めん} 牛乳 バンサンスー	771 34.9	牛乳 ぶたにく ハム	さつまあげ なると	しょうが たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ コーン ねぎ もやし	ちゅうかめん はるさめ ごま油 米ぬか油 さとう	
13(月)	【入学祝い献立】 赤飯 ^{せきはん} 牛乳 鶏肉の桜焼き ^{とりにく さくらや} 干草あえ ^{ちくさ} 桜さく春のすまし汁 ^{さくら はる} お祝い三色ゼリー ^{じり いわ さんしよく}	735 34.2	牛乳 かまぼこ わかめ	とりにく ちくわ	ほうれんそう コーン たまねぎ えのきたけ	だいこん たけのこ にんじん さくらのは	米 もち米 さとう あずき 米ぬか油 でんぶん ゼリー
14(火)	ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ^{いそべ あ} じゃこあえ ^{とんじり} 豚汁	703 27.4	牛乳 しらすぼし みそ	ぶたにく 油あげ	こまつな キャベツ ごぼう だいこん	もやし にんじん しめじ ねぎ	米 こんにやく 米ぬか油
15(水)	ポークカレーライス 牛乳 ツナサラダ	736 25.3	牛乳 ツナ	ぶたにく	にんにく にんじん きゅうり コーン だいこん	たまねぎ グリーンピース	米 じゃがいも 米ぬか油 カレールウ
16(木)	コッペパン 牛乳 ハンバーグ グリーンサラダ アルファベットマカロニのスープ	776 30.5	牛乳 ウインナー	ハンバーグ マカロニ	ブロッコリー きゅうり にんじん	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ	コッペパン さとう 米ぬか油 じゃがいも
17(金)	【進級祝い献立】 豆乳クリームソーススパゲティ 牛乳 ^{とうにゅう} ハムサラダ お祝いケーキ	909 35.4	牛乳 ハム	とうにゅう とりにく	だいこん キャベツ にんじん さやいんげん	きゅうり たまねぎ はくさい エリンギ	ソフトめん 米こケーキ 米ぬか油 米こ
20(月)	ごはん 牛乳 ホキの木の芽みそがけ ^{ホキ} 赤じそあえ ^{あか いなかくじり} 田舎汁	718 29.8	牛乳 きのめみそ 油あげ	ホキ みそ	もやし ほうれんそう にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ ごぼう あかじそ	米 米ぬか油 さといも でんぶん さとう こんにやく
21(火)	ごはん 牛乳 春山の卵とじ ^{はるやま たまご} 福神あえ ^{ふくじん}	710 28.6	牛乳 こうやどうふ	とりにく たまご	たけのこ にんじん きぬさや こまつな	たまねぎ だいこん わらび はくさい ふくじんづけ	米 じゃがいも 米ぬか油 さとう
22(水)	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 ^{まーぼーどうふ} 茎わかめのあえ物 ^{くき}	745 29.0	牛乳 とうふ ハム	ぶたにく みそ くきわかめ	にんにく にんじん たけのこ だいこん	しょうが たまねぎ にら もやし	米 でんぶん さとう ごま油
23(木)	黒糖パン ^{こくとう} 牛乳 ポークビーンズ ごまドレサラダ	801 33.8	牛乳 だいた	ぶたにく ひじき	にんにく にんじん さやいんげん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり エリンギ キャベツ	こくとうパン じゃがいも 米ぬか油 ごま
24(金)	ごもく ^{ごもく} 五目うどん 牛乳 甘酢あえ ^{あまず} さくらもち	780 32.8	牛乳 とりにく	油あげ ちくわ	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	にんじん ねぎ もやし	うどん さくらもち さとう
27(月)	【八十八夜献立】 そぼろ丼 ^{そぼろ どん} 牛乳 春キャベツのみそ汁 ^{はる} 八女茶ムース ^{やめちや}	783 30.4	牛乳 油あげ	ぶたにく みそ	しょうが にんじん グリーンピース だいこん	たまねぎ ねぎ たけのこ えのきたけ キャベツ	米 ムース 米ぬか油 さとう
28(火)	ごはん 牛乳 鶏肉と豆腐のすき煮 ^{とりにく とうふ} うどの酢みそあえ ^す	701 26.9	牛乳 とうふ みそ	とりにく かまぼこ	はくさい にんじん しめじ だいこん	たまねぎ ごぼう ながねぎ うど きゅうり	米 ふ こんにやく さとう
30(木)	コッペパン 牛乳 アジフライ フレンチサラダ ペイザンヌスープ	713 28.3	牛乳 ハム	あじフライ	キャベツ にんじん たまねぎ	きゅうり コーン さやいんげん	コッペパン じゃがいも 米ぬか油

★太字は、津山産の食材を使用する予定です。★津山市(保健給食課)のホームページに学校給食の献立表と産地を掲載しています。

★都合により、献立及び食材を変更する場合があります。



戸島学校食育センターについて

【受配校】小学校13校 中学校4校 合計17校 【食数】約4600食
【調理委託業者】日本国民食(株) 【給食配送委託業者】岡山県貨物運送(株)

【調理内容】学校給食の副食(おかず)



職員一同、みなさんにおいしく食べてもらえるよう、心を込めて給食を届けます！