



# 令和2年5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

ひづけ 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			
			からだつく 体を作るものになる	からだちょうし ととの 体の調子を整える	エネルギーのもとになる	
25(月)	わかめごはん 牛乳 さばの焼き漬け 団子汁	829 29.9	牛乳 さば 油あげ わかめ みそ	ねぎ こまつな たまねぎ にんじん しょうが	米 米ぬか油 さとう もち	
26(火)	ごはん 牛乳 鶏肉と豆腐のすき煮 キャベツの酢のもの 八女茶ムース	746 27.6	牛乳 とりにく ちくわ とうふ	はくさい にんじん もやし キャベツ こまつな しめじ たまねぎ ごぼう きぬさや	米 さとう こんにやく ムース	
27(水)	チキンカレーライス 牛乳 こんにやくサラダ	735 32.6	とりにく 牛乳 	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース ほうれんそう だいこん キャベツ	米 米ぬか油 じゃがいも カレールウ こんにやく	
28(木)	コッペパン いちごジャム 牛乳 ポトフ ツナサラダ	730 30.6	牛乳 とりにく ウインナー ツナ	たまねぎ ブロッコリー だいこん コーン にんじん きゅうり キャベツ	コッペパン 米ぬか油 さとう じゃがいも ジャム	
29(金)	山菜うどん 牛乳 福神あえ かしわもち	722 22.4	油あげ とりにく 牛乳 	わらび えのきたけ にんじん たまねぎ ねぎ もやし ふくじんづけ だいこん ほうれんそう	うどん かしわもち 	

★**太字**は、津山産の食材を使用する予定です。この他、キャベツ、たまねぎ、きゅうりは津山産を優先して使用する予定です。

★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、献立および食材を変更する場合があります。

## お知らせ

戸島学校食育センターでは、水曜日と金曜日に小学校と中学校の献立を入替えて作っています。2つの献立の材料が同じ日にセンター内で交わりますので、アレルギー等で使用食材を確認される場合は、水曜日と金曜日の献立をご確認ください。