

令和4年
8月

こんだてひょう

佐呂間町学校給食センター
Tel 5-2555

🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓
 今月のズッキーニは佐呂間産のものを使用する予定です。🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓🍌🍉🍓

曜日 行事	今日のこんだて (牛乳は毎日つきます)	おもな材料と体内でののはたらき			スプーン・フォークの つくり	栄養価 小学3・4年 中学生
		血や肉・骨をつくる(赤)	はたらく力になる(黄)	からだの調子を整える(緑)		
17 水 保育所 のみ	おにぎり	のり,おかか昆布	米			641 kcal
	みそ汁	豆腐,みそ		小松菜,玉ねぎ,にんじん		833 kcal
	鶏天	鶏むね肉	天ぷら粉,サラダ油			
	オレンジゼリー	粉寒天	砂糖	オレンジジュース,みかん缶		
18 木 ⑧浜小	コッパン		★コッパン			616 kcal
	ころころスープ	ベーコン	マカロニ,じゃがいも	玉ねぎ,にんじん,コーン	🍴	792 kcal
	ポークチャップ	ふた肉	サラダ油,はちみつ	玉ねぎ,エリンギ		
	サクサクサラダ		春巻きの皮,サラダ油	キャベツ,にんじん,もやし,コーン		
ドライカレー	ふたひき肉,大豆	米,サラダ油	ピーマン,玉ねぎ,にんじん			
19 金	ほうれん草サラダ	シーチキン	オリーブ油,いりごま	ほうれん草,もやし,コーン	🍴	934 kcal
	アロエヨーグルト	★ヨーグルト		アロエ,みかん缶,★もも缶		
	クワジュシー	ふた肉,昆布	米,サラダ油	こねぎ,しいたけ		
22 月	ソーキ汁	ふた肉,昆布		大根,にんじん,こねぎ		761 kcal
	ゴーヤチャンプルー	ふた肉,豆腐,★卵,かつお節	サラダ油	玉ねぎ,ゴーヤ,にんじん,もやし		
	シークワーサーゼリー		砂糖	シークワーサー果汁		
	帆立のクリームスパゲッティ	★帆立フレーク,白いんげん ★牛乳,豆乳	スパゲッティ,オリーブ油, ★バター,小麦粉	ブロッコリー,玉ねぎ,マッシュルーム		
23 火	スパイシーポテト		じゃがいも,サラダ油		🍴	916 kcal
	キャベツとコーンのサラダ	ハム		キャベツ,にんじん,コーン		
	ごはん		米			
24 水 ⑧若小 ⑧浜小 5,6年	けんちん汁	豆腐	つきこんにゃく	大根,長ねぎ,にんじん,ごぼう		796 kcal
	さばのみそ煮	さば				
	野菜炒め	ふた肉	サラダ油	キャベツ,にんじん,もやし		
	ミルクパン		★ミルクパン			
25 木 ⑧若小 5,6年 ⑧若保	ジュリエンスープ	ベーコン		キャベツ,大根,玉ねぎ,にんじん	🍴	838 kcal
	タンドリーチキン	とりもも肉,★ヨーグルト				
	ポテトサラダ	ハム	じゃがいも,マヨネーズ	きゅうり,玉ねぎ,にんじん		
	焼き豚チャーハン	ふたもも肉	米,ごま油	玉ねぎ,にんじん,しいたけ,グリーンピース, コーン		
26 金 ⑧若小 5,6年 ⑧浜保	にらたまスープ	★卵,木綿豆腐	片栗粉,ごま油	にら,えのきたけ	🍴	755 kcal
	春雨サラダ	ハム	春雨,ごま油,いりごま	きゅうり,にんじん		
	ごはん(のりの佃煮)	のり佃煮	米			
29 月	みそ汁	油揚げ,みそ		キャベツ,玉ねぎ		863 kcal
	炒り鶏	とりもも肉	サラダ油	だけの,これんこん,にんじん,しいたけ さやいんげん		
	ブロッコリーのごまマヨ和え		すりごま,マヨネーズ	ブロッコリー		
	みそバターラーメン	ふた肉,みそ	★中華麺,サラダ油,★バター	玉ねぎ,にんじん,もやし,長ねぎ,メンマ		
30 火	どさんコーン	タラ	片栗粉,サラダ油	とうもろこし		773 kcal
	ミニトマト			★ミニトマト		
	★ふるさと給食★					
31 水	ズッキーニと肉炒め丼	ふた肉	米,もち麦,ごま油,いりごま 片栗粉	ズッキーニ,玉ねぎ,にんじん	🍴	653 kcal
	おかか和え	かつお節		白菜,にんじん,小松菜		
	冷凍パイ			パイナップル		

※都合により、献立を予告なく変更する場合があります。

※アレルギー食品には記号を表示しています。