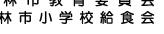
令和6年

# 学校給食献江泉

10

## 富田林市教育委員会 富田林市小学校給食会

(令和6年4月10日~30日 14回)



12

こしょう

しろワイン

こめあぶら



ぎゅうにゅう



のどにつまらせないように よくかんで食べましょう

小松菜 12日・18日 がおき 17日 19日 笳季

富田林市産の野菜を使用する予定です

ぎゅうにゅう

食物アレルギーをお持ちの方々へ

給食センター・パン工場・食品加工工場では、原材料と

して使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が

意図せず混入してしまう可能性(コンタミネーション)

0.1 ♦

0.4

こめ

ごはん <u>にんじんチップス</u> 75 ♦ にんじん でんぷん マーボーどうふ しお 110 🛡 こしょう とうふ ぶたミンチ 25 ♥ こめあぶら にんじん 15 🕹 あおねぎ ほししいたけ 0.5 🚓 しょうが 0.3 💠 にんにく 0.03 📥 あかみそ 1.6 ♥

はっちょうみそ 1.6 ♥ トウバンジャン 0.15 こいくちしょうゆ 3.5 こまつな 30 \* うすくちしょうゆ だいこん 5 💠 さとう 1.5 ♦ にんにく 0.01 🜲 みりん 8,0 こいくちしょうゆ 2.4 さけ みりん 8.0 0.7 こしょう 0.03 さとう 0.5 とりがらスープ 0.7 ごまあぶら 0.3 ♦ でんぷん 1.6 ♦

水

ぎゅうにゅう

35 \*

6 ♦

さとう

カレーこ

しお

さけ

0.2

0.02

11 ごはん いわしの <u>カリカリフライ</u> こめ 75 ♦ <u>インドに</u> こめあぶら 20 🛡 ぶたにく じゃがいも 40 ♦ 35 🗚 たまねぎ にんじん 10 👫 こんにゃく 10 ひらてん 10 ♥ トマトケチャップ 9.3 ブイヨン 6 ウスターソ

木

ぎゅうにゅう

-ス 2.5 1.25 ♦ <u>もやしのあまず</u> 25 + こいくちしょうゆ 0.6 もやし 0.4 にんじん 10 🌲 0.4 す 0.4 うすくちしょうゆ 1.8 こめあぶら こいくちしょうゆ 0.4 さとう 1.2 ♦ みりん 0.4

りんごパン ツナとポテトの マヨネーズやき 10 ♥ こめこマカロニ フレンチポテト 35 ♦ スープ ホールコーン 10 💠 20 ♥ たまねぎ とりにく 10 💠 こめこマカロニ ノンエッグマヨネーズ 10 ◆ 4 ♦ 15 💠 たまねぎ しお 0.1 10 🚓 こまつな こしょう 0.02 ソテーたまねぎ 10 ♣ にんじん 10 \* セロリー 2 👫 ブイヨン うすくちしょうゆ 3.5 かんてんサラダ こんにゃくかんてん 0.3 こいくちしょうゆ 0.3 キャベツ しお 0.3 25 🌲

0.02

8,0

19 sotah

こいくちしょうゆ 0.4

さとう

しお

こしょう

ナツメグ

オリーブあぶら

しょくパン

あかワイン

金

きゅうり 10 ♣ にんじん フレンチドレッシング ◆ クラス1ぽん

ぎゅうにゅう

30 💠

1.8 ♦

1.8

0.4

5 💠

P						
15	ようちえん	」ぎゅうにゅ <sup>。</sup> 」	<u>\</u>			
ごはん		ちくわの				
こめ	75 ♦	いそ	べあげ			
		ちくわ	1 きれ <b>♥</b>			
とりすきゃ	<u>き</u>	こめこ	4.6 ♦			
とうふ	40 ♥	あおさ	0.1 ♥			
とりにく	30 ♥	しお	0.03			
たまねぎ	40 👫	こめあぶら	•			
にんじん	15 🚓					
ごぼう	10 👫					
こんにゃく	25					
けずりぶし	8.0					
こいくちしょう	ゆ 8.5					
さとう	4 ♦	<u>ゆかりあえ</u>				
さけ	1	だいこん	30 🚓			
こめあぶら	•	にんじん	10 🐣			
		ゆかりこ	0.4 💠			
		うすくちしょうゆ	1			

さとう

みりん

があります。



16 Josah



0.8

こめあぶら



ぎょうざ

2こ ♥

ぎゅうにゅう



1.5 ♦ す

こいくちしょうゆ 0.4

0.6

さとう

みりん

とりがらスープ 0.7

でんぷん

みりん

しお

24

うすくちしょうゆ

-こめあぶら

<u>おいわいゼリー</u> 1= ◆

0.4

0.02

ベビーパン さけの こうそうやき 40 ♥ <u>なすのスパゲティ</u> バジルチップ 0.1 O.1 **\*** スパゲティ 40 ♦ にんにく ベーコン 15 ♥ しお 0.2 たす 25 🌲 こしょう 0.02 たまねぎ 20 4 しろワイン 0.5 オリーブあぶら 0.8 ◆ 10 🐣 にんじん ぶなしめじ 5 \* にんにく 0.05 🚓 トマトケチャップ 14 キャベツの トマトピューレ 11.5 ♣ ウスターソース 3.2 ピクルス

0.08

8.0

0.3

0.03

0.01

26 sotah

にんじん

さとう

うすくちしょうゆ 0.6

ぎゅうにゅう

<u>チキンナゲット</u>

ようちえんじ 1こ ♥

しょうがくせい 2こ ♥

す

しお

22 <sub>[</sub>	ようちえん	ぎゅうにゅう	<u> </u>
<b>ごはん</b> こめ	75 <b>•</b>	_ <u>さわらの</u> _ <u>しろみそだ</u> さわら	<u>れかけ</u>
かんとうに		しろみそ	3 ♥
あつあげ	30 ♥	さとう	1 ♦
とりにく	15 ♥	みりん	1
ごぼうてん	10 ♥	けずりぶし	0.2
にこみこんぶ	1 ♥	でんぷん	O.1 ◆
じゃがいも	40 ♦		
だいこん	30 +		
こんにゃく	15		
けずりぶし こいくちしょうゆ	0.8	きゅうちゃん	6. <del>~1</del> 1+
さとう	2.3 ♦	きゅうり	30 <b>*</b>
みりん	0.8	しょうが	0.3
さけ		うすくちしょうゆ	
こめあぶら	•	す	2.3
		さとう	1.3 ♦
		こんぶこ	0.02



23 sobah



さとう

ぎゅうにゅう





10 -	12/012 \	0.02
5 💠	うすくちしょうゆ	3.5
5 💠	す	1.2
0.5 💠	さとう	0.7 ♦
0.2 💠	みりん	0.4
12		
3.5	はるさめの	
0.3	<u>はるさめの</u> ちゅう:	かあえ
0.5	はるさめ	
0.4	チンゲンサイ	15 🐣
0.4	もやし	15 🚓
0.02	にんじん	5 🐣
<b>*</b>	す	2
	うすくちしょうゆ	2.2
	こいくちしょうゆ	0.2
	さとう	1 ♦
	みりん	0.4
	ごまあぶら	02 •

25 F	うちえん	'n	ぎゅうにゅう	5	٧
ごはん	•		ぶたにくの		
こめ	<b>75  ◆</b>	•	しょうだ	סאינ:	₹
			ぶたにく	45	٠
わかたけじる	3		たまねぎ	20	*
ちらしかまぼこ	10 🖣	•	しょうが	0.35	*
ほしわかめ	0.5	•	こいくちしょうゆ	3.8	
たけのこ	15 🖣	•	さけ	1.9	
だいこん	10 🖣		みりん	1.5	
えのきたけ	5 🖣		こめあぶら		•
みつば	5 🖣	•			
けずりぶし	2.5				
だしこんぶ	0.6				
うすくちしょうゆ	3.5		ツナのあえも	<u> </u>	
こいくちしょうゆ	0.3		ツナ	10	۳
さけ	0.5		はくさい	25	٠

にんじん

さとう

みりん

こんぶこ

こいくちしょうゆ

1.5

0.4

0.02

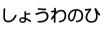
0.3 ♦

0.5

<del>+</del> 0 •		
20 📤	アスパラガス	
0.35 🐥	<u>ス</u> -	-プに
3.8	フランクフルト	20 ♥
1.9	じゃがいも	40 ♦
1.5	たまねぎ	30 🚓
•	キャベツ	20 💠
	グリーンアスパラガス	15 🐣
	にんじん	10 🐣
	セロリー	2 💠
<del>ග</del>	にんにく	0.02 🐥
10 ♥	とりがら	7
25 弗	うすくちしょうゆ	2
5 🐣	こいくちしょうゆ	1
1.5	しお	0.2

いちごジャム いちご 20 🐣 レモンかじゅう グラニューとう 8.5 ♦ こしょう 0.02 さとう 0.2 みりん 0.4 しろワイン





いちみとうがらし 0.003







こいくちしょうゆ

さけ

しお

こしょう

とりにく レタス にんじん ホールゴーン 使用材料 バセリ ブイヨン こいくちしょうゆ 0.3 L#S こしょう しるワイン

゚゙中゚ヺ゚ヸ゚の゚゠゙゚人゚゚゚゚゚゚゚゚゠゚りのゔ゚゚゚゚゚゚゚゚゚゠゚゚(g) | を影します。幼稚園児は0.75倍 量、低学年は0.85倍量、高学年 は1.15倍量です。

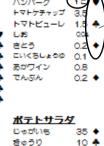
一人1個付けの資材です。 ぎゅうにゅう こくとうパン ハンバーグ (15) ハンバーグ トマトケチャップ レタスのスー トマトビューレ 20 ♥ ₺₺ 20 ◆ きょう 15 ♠ こいくき 0.2 こいくちしょうゆ 0.1 本がロスツ 5 **4** TASA 5 💠 0.5 🚓

にんじん

こし<del>ょう</del> 00 ノンエッグマヨネース

クラス1度を

L#3



5 🚓

三色栄養



がくざいりょう 各材料が、三色栄養(食べ物の3つの働き)で は荷巻になるかをのせています。

♥は赤、◆は黄色、♣は緑の食品です。 **♥・・・**からだをつくる (たんぱく質、無機質)

> ・・エネルギーのもとになる (炭水化物、脂質) ・・からだの調子をととのえる (ビタミン・無機質)

クラスに1歳、ドレッシングがつきます。 教室で混ぜて配膳します。

ょうちえん このマークがついている日は、幼稚園の給食実施日です。



このマークがついている日は、スプーンを持ってきましょう。				魚	を食べると	きは骨に気を	を付けて食ん	べましょう					
	エネルギー たんぱく質 脂質			食物繊維	き物繊維 ビタミン			食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄		
		kcal	(%エネルギー)	(%エネルギー)	g	Aμ gRE	B₁mg	B₂mg	Cmg	g	mg	mg	mg
	学校給食摂取基準	650	摂取エネルギー全体 の13~20%	摂取エネルギー全体 の20~30%	4.5以上	200	0.4	0.4	25	2未満	350	50	3.0
	4月平均栄養量	638	16.0%	27.8%	5.3	240	0.4	0.5	21	2.4	323	90	2.9

使用量



- ●献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。配缶量は幼稚園児は0.75倍量、低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。
- ●材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますのでご了承下さい。