

8月 給食こんだてと主な使用食品

*アレルギーのある方は、食材の確認をおねがいします。

にち 日	ようび 曜日	こんだて ぎゅうにゅうまいにち (牛乳は毎日つきます)	エネルギー	牛乳	からだ 体をつくる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える	エネルギーになる
22日	金	なつやさい 夏野菜カレー ごまポテト くだもの スイカ	849	○	ぶたにく 豚肉	にんじん たまねぎ かぼちゃ なす しょうが にんにく トマト 缶 スイカ じゃがいも	こめむぎ 米 麦 カレールウ 揚げ あぶら 油 すりごま
25日	月	チキンみそカツ丼 あさりスープ ひじきサラダ	819	○	とりにく だいず 鶏肉 アサリ 大豆	キャベツ にんじん たまねぎ じゃがいも ひじき ブロッコリー コーン	こめむぎあ あぶら 米 麦 揚げ油 すりごま あぶら ごま油
26日	火	炊き込みごはん 豚汁 からし和え	626	○	とりにく あぶらあ ぶたにく 鶏肉 油揚げ 豚肉 豆腐	ささがきごぼう にんじん こんにやく にんじん だいこん たまねぎ じゃがいも しょうが キャベツ もやし にんじん からし	こめむぎ 米 麦
27日	水	カレー職人 アルファ米ごはん ツナコーンサラダ くだもの パイン	699	○	だいず ツナ 缶	もやし わかめ コーン パイン	アルファ米 カレー職人 あぶら ごま油 すりごま
28日	木	ごはん 豆腐の中華スープ 鶏肉の中華炒め もやしのナムル	731	○	とうふ とりにく あつあ 豆腐 鶏肉 厚揚げ	もやし はくさい たまねぎ にんじん にんにく しょうが しおこんぶ 塩昆布	こめむぎ あぶら 米 麦 ごま油 いりごま
29日	金	わふうひ 和風冷やしうどん きなこポテト ベビーチーズ	642	○	ささみ きなこ ベビーチーズ	きゅうり もやし にんじん コーン からし じゃがいも	うどん あぶら ごま油 いりごま