

令和元年6月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうどいきをととのえるもの	調味料ほか		
★ はし 3	月	セルフツナサンド (食パン・ツナソテー)	まぐろ	ノンエッグマヨネーズ パン	キャベツ コーン こまつな	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう	636	25. 6
		牛乳	牛乳					
		ポークピーンズ	豚肉 だいす 赤いんげん豆 えんどう豆 ひよこ豆 大福豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく	ケチャップ デミグラスソース ビーフルウ 赤ワイン 食塩 白こしょう		
★ はし 4	火	ごはん		米			573	23. 6
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉 だいす 厚揚げ さつま揚げ うずら卵	砂糖 でん粉 サラダ油	かぼちゃ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん えだまめ しいたけ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒		
		手作りふりかけ	しらす干し 青のり粉 わかめ	ごま ごま油		酒		
★ はし 5	水	かみかみごはん (麦入りさくらごはん)	しらす干し だいす	さつまいも 砂糖 ごま なたね油 米 麦		みりん こいくちしょうゆ	603	20. 4
		牛乳	牛乳					
		あおさ入りみそ汁	豆腐 あおさのり 合わせみそ		たけのこ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		野菜入りジュース			野菜入りジュース			
6	木	コッペパン		パン			609	29. 4
		ソフトチーズ	ソフトチーズ					
		牛乳	牛乳					
		ミックスひじき	鶏肉 厚揚げ ひじき	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん グリンピース コーン しいたけ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 かつお節(だし)		
		かりぽり煮干し	煮干し	ごま 砂糖	レーズン	みりん こいくちしょうゆ		
7	金	タコライス (ポイルキャベツ)	豚肉 だいす チーズ	砂糖 サラダ油 米	たまねぎ セロリ バセリ にんにく	ケチャップ 赤ワイン とうばんじゅん 食塩	562	21. 3
		牛乳	牛乳					
		チンゲンサイのスープ	ボンレスハム 豆腐		たまねぎ にんじん チンゲンサイ コーン しいたけ	うすくちしょうゆ 酒 食塩 白こしょう 中華だし		
★ はし 10	月	米粉入りパン		パン			573	20. 1
		ブルーベリージャム			ブルーベリージャム			
		牛乳	牛乳					
		クラムチャウダー	ベーコン あさり 牛乳 粉チーズ	じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン しめじ バセリ	米粉豆乳ホワイトルウ 食塩 白こしょう		
		くだもの			くだもの			
★ はし 11	火	ごはん		米			627	25. 9
		ゆかりふりかけ		砂糖 でん粉	赤しそ	梅酢 食塩 調味料		
		牛乳	牛乳					
		じゃがいものみそ汁	わかめ 厚揚げ 合わせみそ	じゃがいも	たまねぎ もやし 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		豚肉の梅酒煮	豚肉(もも・ばら)	サラダ油 砂糖	きぬさや 大葉 しょうが	梅酒 みりん 酒 こいくちしょうゆ 食塩		
★ はし 12	水	ごはん		米			589	19. 3
		牛乳	牛乳					
		マー婆ーはるさめ	牛肉 豚肉 だいす みそ(合わせ・赤)	緑豆春雨 砂糖 でん粉 ごま油	たまねぎ キャベツ にんじん たけのこ にら しいたけ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ 酒 とうばんじゅん 食塩 マー婆ー豆腐の素		
		くきわかめのあえ物	くきわかめ	和風ごまドレッシング	きゅうり コーン もやし にんじん			
13	木	テーブルロールパン		パン			560	19. 2
		牛乳	牛乳					
		なすとトマトのスパゲッティ	鶏肉 ベーコン	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ なす にんじん ピーマン トマト ズッキーニ エリンギ にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース 白ワイン コンソメ		
		梅ドレサラダ	茎わかめ 赤のまつ 青のまつ 白キリンサイ こんぶ	完熟梅ドレッシング	もやし きゅうり だいこん コーン			
14	金	かつおくんカレー (麦ごはん)	かつお 脱脂粉乳 粉チーズ ヨーグルト	じゃがいも サラダ油 砂糖 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ ケチャップ カレー粉 ウスターソース しょうゆ 発酵調味料	643	24. 7
		牛乳	牛乳					
		わかめちゃんサラダ	茎わかめ 赤のまつ 青のまつ 白キリンサイ わかめ	青じそドレッシング	きゅうり だいこん コーン			

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和元年6月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g			
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしととのえるもの	調味料ほか					
★ はし	17 月	ミルクパン		パン			569	29. 5			
		牛乳	牛乳								
		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐 鶏肉 鶏卵 えび	砂糖 サラダ油	たまねぎ キャベツ にんじん しいたけ きぬさや	うすくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 かつお節(だし)					
		くだもの			くだもの						
★ はし	18 火	セルフおにぎり (ごはん・のり・かつおみそ)	かつお みそ(赤・合わせ) のり	ごま 砂糖 ごま油 米		酒 みりん	608	27. 3			
		牛乳	牛乳								
		筑前煮	鶏肉 厚揚げ 竹輪 うずら卵	じゃがいも 砂糖 サラダ油	白こんにゃく にんじん ごぼう れんこん しいたけ たけのこ いんげん	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)					
★ はし	19 水	奄美の鶏飯 (1食のり)	鶏肉 鶏卵 のり	サラダ油 砂糖 米	にんじん 山川漬 しいたけ 深ねぎ 葉ねぎ しょうが	チキンガラスープ 酒 みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 食塩	561	27. 0			
		牛乳	牛乳								
		切干したいこんのごま炒め	まぐろ	砂糖 ごま油 すりごま	切干したいこん こまつな	こいくちしょうゆ					
★ はし	20 木	バターパン		パン			546	22. 5			
		牛乳	牛乳								
		親子うどん	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	うどん	たまねぎ にんじん しいたけ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)					
		ハムとこまつなソテー	ロースハム	サラダ油	こまつな たまねぎ にんじん	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう					
★ はし	21 金	ごはん		米			670	26. 0			
		牛乳	牛乳								
		酢鶏	鶏肉 うずら卵	じゃがいも でん粉 なたね油 砂糖	たまねぎ にんじん きゅうり パイン しいたけ ピーマン 赤ピーマン 黄バブリカ たけのこ	こいくちしょうゆ ケチャップ 黒酢					
		ヨーグルト	ヨーグルト								
★ はし	24 月	レーズンパン		パン			560	24. 3			
		牛乳	牛乳								
		トマトと卵のスープ	ベーコン 鶏卵	でん粉	トマト たまねぎ レタス にんじん	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう					
		鶏肉とカシューナッツの炒め物	鶏肉	カシューナッツ 砂糖 でん粉 ごま油	ニンニクの芽 しいたけ しょうが	こいくちしょうゆ 酒 うすくちしょうゆ					
★ はし	25 火	おしんこピラフ (麦入りチャーハン)	豚肉	ごま サラダ油 米 麦	たくあん にんじん えだまめ	うすくちしょうゆ 酒	602	22. 7			
		牛乳	牛乳								
		ふわふわスープ	ベーコン 鶏卵 粉チーズ	じゃがいも パン粉	たまねぎ こまつな にんじん しめじ	うすくちしょうゆ コンソメ					
		ごはん		米							
★ はし	26 水	牛乳	牛乳				622	26. 1			
		豚じやが	豚肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん 糸こんにゃく しいたけ いんげん にんにく しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん					
		くるみとじゃこのつくだ煮	しらす干し 煮干し かつお節	くるみ 砂糖		こいくちしょうゆ みりん					
		みそカツバーガー ^(バーガーパン・みそカツ・ボイルキャベツ)	チキンカツ(鶏肉) 赤みそ	チキンカツ(小麦粉・パン粉) なたね油 すりごま 砂糖 パン	キャベツ	ケチャップ みりん					
★ はし	27 木	牛乳	牛乳				656	24. 7			
		白花豆のポタージュ	ベーコン 大福豆 白花豆 白いんげん豆 牛乳	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん クリームコーン コーン しめじ パセリ にんにく	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう					
		たかなそぼろどんぶり	豚肉 だいす	ごま 砂糖 ごま油 米	高菜漬 たけのこ コーン えだまめ 深ねぎ しょうが	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒					
		牛乳	牛乳								
★ はし	28 金	かぼちゃのみそ汁	豆腐 合わせみそ		かぼちゃ にんじん たまねぎ もやし 葉ねぎ	かつお節(だし)	591	21. 0			
		1食チーズ	チーズ								
		お知らせ	<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
お知らせ	<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0		
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>			<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>		<p>令和元年6月分平均栄養量</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>たんぱく質(g)</td> </tr> <tr> <td>598</td> <td>24. 0</td> </tr> </table>			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	598	24. 0
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)										
598	24. 0										
<p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p> <p>★ はし</p>											