

令和4年

8.9月

よていこんだてひょう



伊東市学校給食センター
【東小・富戸小・大池小・南小・旭小】

Table with columns for Date, Food Name, Ingredients, and Nutritional Information. It lists daily menus from August 8th to September 12th, categorized by day of the week (e.g., 8/26 金, 9/1 木). Each row includes the dish name, a list of ingredients, and the corresponding energy and nutrient values.

日	給食なし	献立	小麦	そば	卵	乳	えび	かに	赤の食べ物 (体をつくる)	黄色の食べ物 (熱や力のもと)	緑の食べ物 (体の調子をとのえる)	調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 糖質	
13	火	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				696 Kcal	
		ロールパン◎	X		X				ロールパン (こむぎこ)	ショートニング さとう	だっしふんにゅう		28.3 g	
		かぼちゃコロッケ	X	X					ぶたにく たまご	パンこ あぶら かつお節 小むぎこ	かぼちゃ たまねぎ	しお こしょう	26.4 g	
		ポイルキャベツ										キャベツ	ソース	2.9 g
		だいすのつぶつぶスープ							だいす ベーコン	じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン	パイオン しお しょうゆ		
フルーツヨーグルトあえ				X			ヨーグルト			みかんかん バインかん ももかん	こしょう			
14	水	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				663 Kcal	
		ごはん								こめ			28.1 g	
		あつやきたまご		X					たまご どうふ	さとう あぶら	たまねぎ にんじん グリンピース	しょうゆ しお さけ	18.8 g	
		じゃがいものそめじ							どうふ みそ あぶらあげ	じゃがいも さとう	にんじん ごぼう はねぎ	さばぶし	2.8 g	
		かおりみそしる							とうふ みそ あぶらあげ					
グレープフルーツ										グレープフルーツ				
15	木	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				616 Kcal	
		じゃこゆかりごはん							じゃこ	こめ			25.7 g	
		おおむろやまやまやき							とりにく	でんぷん あぶら さとう	たまねぎ にんじん ビーマン	しょうゆ す みりん	19.3 g	
		とりなんぼんづけ									あかじ-マ ぎび-マ しょうが	さけ とうがらし	2.1 g	
		いとうやさしいスープ							ぶたにく		だいこん だけのこ レタス	さばぶし しょうゆ しお		
みかんゼリー◎							みかんゼリー (みかんかじゅう)	みずあめ さとう						
16	金	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				725 Kcal	
		ごはん								こめ			33.0 g	
		さわらのみそづけ							さわら みそ	あぶら さとう		しょうゆ さけ	27.9 g	
		ぶたにくとあつあげのからに							あつあげ ぶたにく	でんぷん さとう	ねぶかねぎ にんじん しょうが	しょうゆ みりん さけ	2.1 g	
		きのみあえ								ごまあぶら	アーモンド くるみ さとう	ほうれんそう もやし はくさい	しょうゆ	
バインかん										バインかん				
20	火	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				624 Kcal	
		ごはん								こめ			27.3 g	
		ぶたにくとじゃがいものなんぼんに							ぶたにく みそ	じゃがいも こんにゃく さとう	ごぼう にんじん	しょうゆ みりん	16.4 g	
		キャベツのしおこんぶあえ							しおこんぶ	あぶら	キャベツ		3.1 g	
		しらすのかきたまじる		X					たまご しらす	でんぷん	たまねぎ こまつな にんじん	さばぶし しょうゆ しお		
こくさんレモンゼリー◎							こくさんレモンゼリー (さとう みずあめ レモンかじゅう)							
21	水	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				717 Kcal	
		ごはん								こめ			28.5 g	
		ししゃもたつたあげ◎	X						ししゃもたつたあげ ししゃも	こむぎこ でんぷん さとう			25.4 g	
		ごしきあえ							ハム	さとう ごま	ほうれんそう にんじん	しょうゆ す しお	3.0 g	
		キャベツとんじる							ぶたにく みそ	ごまあぶら	キャベツ にんじん しょうが	さばぶし		
ミニおはぎ◎							ミニおはぎ (あずき)	さとう もちこめ かんてん						
22	木	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				661 Kcal	
		きのこごはん							あぶらあげ	こめ	しめじ	しょうゆ さけ しお	34.0 g	
		イカとねぎのあげボール							いか	じゃがいも あぶら こめこ でんぷん	はねぎ	しお	23.8 g	
		アーモンドあえ								アーモンド アーモンド さとう	こまつな キャベツ もやし	しょうゆ	3.4 g	
		いもこじる							とうふ ぎゅうにく	さといも こんにゃく	ごぼう にんじん ねぶかねぎ	さばぶし しょうゆ しお		
かたぬきチーズ◎		X					チーズ							
26	月	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				655 Kcal	
		ごはん								こめ			34.0 g	
		さわらのてりやき							さわら	さとう		しょうゆ みりん	19.4 g	
		さんしょくあえ								さとう	だいこん ほうれんそう にんじん	しょうゆ す	2.7 g	
		なっとう◎							なっとう だいす タレ	からし				
けんちんじる							とうふ ぶたにく	さといも こんにゃく あぶら	だいこん にんじん ごぼう	さばぶし しょうゆ しお				
オレンジ										オレンジ				
27	火	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				636 Kcal	
		しよくパン◎	X		X				しよくパン (こむぎこ)	ショートニング さとう	だっしふんにゅう		27.2 g	
		チキングラタン	X		X				とりにく チーズ	マカロニ こむぎこ バター	たまねぎ マッシュルーム	パイオン しお こしょう	21.6 g	
		くきわかめとコーンのサラダ							だっしふんにゅう	あぶら さとう	キャベツ きゅうり コーン	す しょうゆ しお	3.4 g	
		しすおかやさいスープ							くきわかめ		たまねぎ キャベツ トマト	パイオン しお こしょう		
もものかんづめ							ぶたにく		にんじん セロリー	ももかん				
28	水	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				703 Kcal	
		タンタンメン	X						ぶたにく みそ	ちゅうかめん こむぎこ	もやし はくさい	パイタン しょうゆ さけ	30.3 g	
		しらすいりシューマイ◎	X						しらすいりシューマイ (たまねぎ)	ごま さとう ごまあぶら	チンゲンサイ はねぎ	トウバンジャン	24.2 g	
		ミニサラダ								たら ぶたあぶら しらす	さとう しょうが いたけ	こむぎこ だいす	3.0 g	
		れいとうみかん								あぶら さとう	キャベツ きゅうり コーン	す しお こしょう		
れいとうみかん									あかたまねぎ	れいとうみかん				
29	木	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				625 Kcal	
		さくらえびのカレーピラフ			X	X			さくらえび	こめ バター	たまねぎ グリンピース	さけ しょうゆ しお	23.5 g	
		ちくわのごまあげ	X	X					ちくわ たまご	こむぎこ あぶら ごま		みりん カレーこ	17.4 g	
		やさしいスープ							ベーコン	じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん	パイオン しょうゆ しお	3.0 g	
ヨーグルト◎				X			ヨーグルト							
30	金	ぎゅうにゅう			X				ぎゅうにゅう				636 Kcal	
		こくとういりロールパン◎	X		X				こくとういりロールパン (こむぎこ こくとう)	ショートニング さとう	だっしふんにゅう		22.5 g	
		キムチやきそば	X						ぶたにく	ちゅうかめん あぶら	もやし キムチ だけのこ	しょうゆ さけ しお	23.2 g	
		ナッツいりかいそうサラダ							ツナ かいそう	アーモンド あぶら	キャベツ きゅうり にんじん	す しょうゆ しお	2.7 g	
フルーツしらたま									しらたまだんご (もちこめ)	みかんかん バインかん ももかん	さとう			

○材料の都合等により献立が変更になることがあります。
 ○アレルギー物質の主要7品目について、使用されている献立名の横に×の表示をしています。
 ○「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
 ○詳細は給食センターまでお問い合わせください。(☎52-6910)

※表示されている栄養価は3・4年生の栄養価です。
 ※1年生は0.8掛け、2年生は0.9掛けの栄養価です。
 ※5年生は1.1掛け、6年生は1.2掛けの栄養価です。

○加工食品については、料理名の後ろに◎をつけ、主な材料のみ()で表示してあります。