

令和2年 8月・9月 小学校給食献立予定表

蕨市立学校給食センター

日・曜	こ ん だ て め い			おもなざいりようめい			調 味 料	え い よ う か		
				体をつくる もとになる食品	体のちようし をとのえる もとになる食品	エネルギーの もとになる食品		熱量 kcal	たん白 質 g	塩分 g
8/24 月		たらのパジルフライ ミネストラスープ		牛乳 ベーコン たら ぶた肉	セロリー にんじん 玉ねぎ 長ねぎ トマト	パン マカロニ こむぎ粉 パン粉 油 じゃがいも	塩 こしょう コンソメ	582	24.2	2.4
25 火		むしぎょうざ(2こ) しせんどうふ		牛乳 とうふ ぶた肉 とり肉	にんじん 玉ねぎ たけのこ しいたけ キャベツ にら	米 こむぎ粉 油 でん粉 さとう ごま油	しょうゆ いちみつとうがらし	612	24.1	1.8
26 水		しろみさかなのたまねぎソース はるさめスープ		牛乳 わかめ ホキ とり肉	玉ねぎ にんじん もやし はくさい 長ねぎ ほうれんそう	米 でん粉 さとう ごま油 油 はるさめ	す しょうゆ 塩 こしょう 酒	578	22.7	3.3
27 木		とりにくのケチャップに ソーセージとキャベツのにこみ		牛乳 とり肉 ベーコン ソーセージ	にんじん 玉ねぎ キャベツ	パン 油	塩 ケチャップ コンソメ ワイン こしょう	595	23.7	2.6
28 金		さんまのみぞれレモンに ぶたとキャベツのしおこんぶいため なつやすみのみそ		牛乳 さんま ぶた肉 油あげ 塩こんぶ	キャベツ もやし なす 長ねぎ 玉ねぎ だいこん ピーマン かぼちゃ	米 でん粉 油 ごま油 さとう	みそ しょうゆ	680	25.9	2.6
31 月		チキンスコッチエッグ ハヤシビーゼンズに		牛乳 たまご とり肉 ぶた肉 だいず	玉ねぎ セロリー トマト にんじん グリンピース マッシュルーム マンゴー	パン パン粉 油 マカロニ さとう こむぎ粉	塩 コンソメ こしょう ケチャップ 中濃ソース	657	26.4	2.5
9/1 火		にんじんのこんぶに きゅうりのサラダ(かんきつふうみドレッシング) じゃがいものカレーに		牛乳 にしん こんぶ ぶた肉	きゅうり キャベツ パプリカ にんじん 玉ねぎ えだまめ	米 油 さとう じゃがいも	す しょうゆ 酒 コンソメ 塩 カレー粉	675	27.5	1.9
2 水		とりにくのてりやき だいこんサラダ(ごまふうみドレッシング)		牛乳 とり肉 ほたて さつまあげ こんぶ ぶた肉	切干大根 にんじん キャベツ しいたけ 長ねぎ 玉ねぎ とうがん	米 麦 ごま 油 はるさめ ごま油 さとう	す みりん 塩 しょうゆ コンソメ	646 596	22.9 23.9	2.1 2.3
3 木		あじチーズごろもやき コーンサラダ(クリームドレッシング) ワンタンスープ		牛乳 あじ チーズ とり肉	とうもろこし きゅうり キャベツ にんじん もやし 長ねぎ ほうれんそう	パン パン粉 ワンタンの皮	す コンソメ 塩 こしょう しょうゆ	647	27.4	2.7
4 金		にくだんごのもちごめむし(2こ) にんじんしりしり		牛乳 ぶた肉 たまご とり肉 さつまあげ ツナ ほたて こんぶ	玉ねぎ にんじん しいたけ とうがん 長ねぎ	麦 もち米 パン粉 油 米 じゃがいも ごま油 はるさめ	塩 こしょう 油 しょうゆ コンソメ みりん	648 698	25.4 24.4	2.4 2.2
7 月		キッシュふうオムレツ フレンチサラダ(フレンチドレッシング) ポークビーンズ		牛乳 たまご チーズ ベーコン ぶた肉 だいず	ほうれんそう キャベツ きゅうり みかん にんじん 玉ねぎ	パン じゃがいも さとう	す コンソメ 油 ケチャップ 塩	662	25.9	2.7
8 火		タコさんたこやき あおなともしのナムル(ナムルドレッシング) はくさいのちゅうかふううまに		牛乳 たこ ぶた肉 ハム	キャベツ 長ねぎ もやし ほうれんそう たけのこ きくらげ 玉ねぎ はくさい	米 こむぎ粉 油 はるさめ でん粉 ごま油	す こしょう 塩	672	22.7	1.7
9 水		さばからみやき ごしきあえ(わふうドレッシング) すまじる		牛乳 さば わかめ かまぼこ とうふ	きゅうり もやし にんじん とうもろこし こまつな 長ねぎ	米 さとう	酒 す しょうゆ 塩 うすくちしょうゆ	648	25.3	3.7
10 木		みそラーメン ホキこめパンこフライ ごぼうサラダ(ごまふうみドレッシング)		牛乳 ぶた肉 なると ホキ	もやし シンゲンサイ とうもろこし にんじん ごぼう 長ねぎ キャベツ	ホットちゅうかめん 油 ごま油 米粉 ごま	塩 こしょう みそ す トウバンジャン	650	26.4	2.9
11 金		やきにくどん えだまめサラダ(ちゅうかドレッシング)		牛乳 ぶた肉	にんじん 玉ねぎ 長ねぎ にら えだまめ きゅうり みかん	米 さとう 油 ごま ごま油	酒 しょうゆ す こしょう す コチュジャン	630	26.2	2.2
14 月		ポイルフランク カラフルサラダ(イタリアンドレッシング) パンキンポータージュ さんまのおかずに だいずとひじきのいりに いものこじる		牛乳 ベーコン とり肉 スキムミルク レバー入りフランク	とうもろこし きゅうり パプリカ キャベツ 玉ねぎ にんじん かぼちゃ	パン 油 こむぎ粉	す こしょう 塩 コンソメ	635	24.6	2.6
15 火		さんまのみぞれに だいずとひじきのいりに いものこじる		牛乳 さんま ひじき だいず 油あげ とり肉	にんじん ごぼう だいこん 長ねぎ しめじ	米 さとう 油 さといも	しょうゆ みりん みそ	617	24.7	2.7
16 水		ねぎみそパオズ(2こ) もやしのサラダ(ごみしおドレッシング)		牛乳 ぶた肉 とり肉 たまご	玉ねぎ 長ねぎ もやし きゅうり にんじん キムチ	こむぎ粉 パン粉 米 麦 油 さとう ごま油 じゃがいも	みそ 塩 す 酒 しょうゆ コチュジャン	628 664	23.4 25.5	2.5 2.4
17 木		べにざけチーズフライ ラタトゥイユ たまごとベーコンのスープ		牛乳 鮭 チーズ ベーコン たまご	玉ねぎ にんじん ズッキーニ トマト マッシュルーム	パン パン粉 こむぎ粉 でん粉 じゃがいも 油	塩 こしょう コンソメ ワイン しょうゆ ケチャップ	641	27.0	2.8
18 金		ソイナゲット(2こ) ゆかりあえ		牛乳 大豆 ぶた肉 とり肉 たまご	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ キムチ	油 米 さとう じゃがいも 麦 ごま油	塩 しょうゆ 酒 コチュジャン	696 660	25.6 23.5	1.6 1.7
23 水		いわしのしょうがに おんやさい(たまねぎドレッシング) つくねだんごじる		牛乳 いわし とり肉 ぶた肉 わかめ とうふ	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ 長ねぎ	米 さとう パン粉	す しょうゆ 塩 うすくちしょうゆ	629	26.3	2.6
24 木		たらボーションフライ(ソース) かおりづけ マカロニのクリームに みかんジュース		牛乳 たら とり肉 チーズ	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ とうもろこし しめじ	パン こむぎ粉 マカロニ パン粉 油 じゃがいも	塩 コンソメ ちゅうのうソース	603	22.2	3.0
25 金		とりのさっぱり あおなのサラダ(ごまふうみドレッシング) ひきなじる		牛乳 とり肉 ぶた肉 油あげ	だいこん ほうれんそう もやし にんじん キャベツ ごぼう	米 油 さとう ごま	す しょうゆ 塩	631	26.6	2.7
28 月		ハンバーグデミグラスソース コールスローサラダ(フレンチドレッシング) ラビオリスープ		牛乳 とり肉 ぶた肉	玉ねぎ しめじ キャベツ にんじん もやし ほうれんそう	パン こむぎ粉 油 パン粉	す ケチャップ 塩 しょうゆ ソース コンソメ こしょう	600	26.3	3.4
29 火		やさいたっぷりキーマカレー パンキンアンサンプルエッグ こまつなサラダ(しそふうみドレッシング) さばのみぞれに かいそうサラダ(ちゅうかドレッシング) おつきみじる		牛乳 ぶた肉 たまご とり肉	セロリー 玉ねぎ トマト にんじん ごぼう こまつな しいたけ ピーマン キャベツ とうもろこし かぼちゃ	麦 米 パター じゃがいも こむぎ粉	コンソメ しょうゆ す ケチャップ	679	24.1	2.6
30 水		さばのみぞれに かいそうサラダ(ちゅうかドレッシング) おつきみじる		牛乳 かまぼこ かいそう さば とうふ	だいこん にんじん とうもろこし 長ねぎ	米 ごま さとう	す 塩 酒 うすくちしょうゆ しょうゆ	685	23.3	2.6
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。								へいきんえいようか		
								641	24.9	2.5

★給食センターで調理する混ぜご飯(🍚)などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。

≪ A校・B校区分 ≫

A校・・・塚越小・南小・北小

B校・・・東小・中央東小・中央小・西小

8月の給食提供は、今年度が初めてです。夏本番の高温・多湿の環境下では食材の温度管理が難しいことから、8月中のみサラダ・和え物の提供を中止させていただきます。「安心・安全でおいしい給食」を確実に提供するために、ご理解とご協力をお願いいたします。