

2月分給食予定献立表

Bコース
(中学校)

鹿屋市立南部学校給食センター



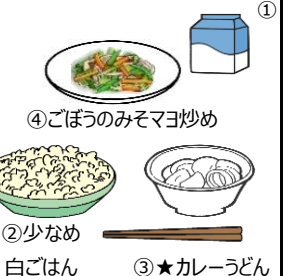


※ 材料、天候、その他の都合により献立の変更をすることがあります。★印は中学校3年生によるリクエスト給食です。





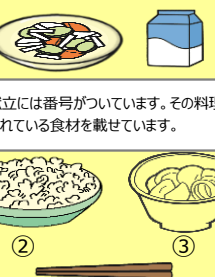
日(曜)		1日(木)				2日(金)																		
こんだてめい																								
今日の献立について	<p>大豆 豆まきに使う豆が大豆です。たんぱく質が豊富なので「畑の肉」ともいわれま</p> <p>小豆 「小さい豆」と書いて「あずき」と読みます。あんこの材料になります。赤い色が魔よけになるといって、赤飯などにも使われます。</p> <p>いんげん豆 この豆を伝えたときとされる中国の偉いお坊さんの名前がつけられました。金時豆、とら豆、白いんげん豆なども仲間です。若いさを食べるさやいんげんもあります。</p> <p>ひよこ豆(ガルバンゾー) 煮込み料理やサラダなどに使うとおいしい豆です。ガルバンゾーというのはスペイン語での呼び名です。</p>	<p>いわしは、たんぱく質や脂質が豊富で、血液の流れをよくしてくれるEPA(イーピーイー)という脂が多く含まれた栄養価の高い魚です。今日は鹿児島県の阿久根市でとれたいわしを、油でからりと揚げて、甘い味噌焼きのたれをからめました。</p> <p>ごまは、良質の脂質や、ビタミン、鉄分を多く含む栄養価の高い食品です。また、香りがよく、どんな料理に入れても味がよくなります。そのため、気まぜいことや失敗をうまくかしてわからないようにすることを「ごまかす」というようになったといわれています。</p>				<p>ごまは、良質の脂質や、ビタミン、鉄分を多く含む栄養価の高い食品です。また、香りがよく、どんな料理に入れても味がよくなります。そのため、気まぜいことや失敗をうまくかしてわからないようにすることを「ごまかす」というようになったといわれています。</p>																		
おもに体をつくるものになる食品	1群	④いわしのかば焼き風				④★三色そば																		
おもに体の調子を整えるものになる食品	2群	②白ごはん ③豆乳なべ				②白ごはん ③ごま根菜汁																		
おもにエネルギーの源となる食品	3群	③ふた肉 揚げ豆腐 豆乳				③油揚げ みそ																		
その他調味料	4群	④いわし ①牛乳				④ふた肉 とり肉 大豆 たまごそば																		
栄養価	5群	③にんじん 水菜				①牛乳																		
家庭でとってほしい食品	6群	③白菜 根深ねぎ しめじ えのきたけ ④しょうが				③にんじん 葉ねぎ																		
小学生	662 kcal	29.7 g	1.8 g	中学生	632 kcal	27.1 g	2.2 g																	
中学生	797 kcal	34.2 g	2.4 g	小学生	782 kcal	32.7 g	2.7 g																	
卵 豆 乳製品 小魚	海そう その他の野菜 果物 いも類				卵 豆 乳製品 小魚 海そう	魚 乳製品 小魚 海そう 緑黄色野菜 その他の野菜 果物																		
日(曜)		5日(月)				6日(火)				7日(水)				8日(木)				9日(金)						
こんだてめい																								
今日の献立について	<p>家畜豆腐(かじょう豆腐)は、中国で親しまれている家庭料理のひとつで、中国語では、ジャージャー豆腐といひます。家庭で、常により食べられる揚げ豆腐を使った四川省発祥の料理です。家常とは、「家庭の日常」という意味だそうです。</p> <p>春雨には緑豆から作られるもの、さつまいもやじゃがいもから作られるものなど、いろいろな種類があります。筒状の型に入れて押し出すときの様子が、シトシと降る春雨の雨に似ていることから「春雨」という名前が付けられました。</p> <p>「ミネストローネ」は、具だくさん、ごちゃ混ぜなどの意味があります。イタリアの野菜たっぷりのスープのことです。使う野菜は季節によってさまざま、決まったレシピはありません。アルファベットマカロニも入っていますよ。</p> <p>ほうれん草は、「野菜の王様」といわれるほど、私たちの体に必要な栄養素をたくさん含んでいます。目や髪の毛、皮膚や粘膜を健康に保つ働きのあるビタミンAや、貧血予防に役立つ鉄分、骨や歯を丈夫にしてくれるカルシウムなどがたっぷり入った野菜です。</p> <p>「キーマカレー」とは、細切り肉やひき肉を使ったカレーのことです。今日は、豚ひき肉を使っていますが、実は、「畑の肉」ともいわれる大豆もひき肉のような姿をして入っています。これなら大豆が苦手な人でも食べやすいのではないのでしょうか。</p>	<p>大豆 厚揚げ みそ</p> <p>③ふた肉 ちくわ 厚揚げ みそ</p> <p>③④牛肉</p> <p>①牛乳</p> <p>④いわかめ</p> <p>③④にんじん</p> <p>③大根 ごぼう こんにやく しょうが</p> <p>④もやし きゅうり コーン</p> <p>②米 ③さいとも ④さとう ④はるさめ</p> <p>③④ごま油</p> <p>③かつお節(だし) 酒 みりん</p> <p>③④しょうゆ</p> <p>④塩</p> <p>小学生 738 kcal 27.3 g 2.0 g</p> <p>中学生 878 kcal 32.5 g 2.5 g</p> <p>魚 卵 豆 乳製品 小魚 海そう</p> <p>緑黄色野菜 果物 いも類 種実類</p>				<p>春雨サラダ</p> <p>②白ごはん ③みそおでん</p> <p>③④にんじん</p> <p>③大根 ごぼう こんにやく しょうが</p> <p>④もやし きゅうり コーン</p> <p>②米 ③さいとも ④さとう ④はるさめ</p> <p>③④ごま油</p> <p>③かつお節(だし) 酒 みりん</p> <p>③④しょうゆ</p> <p>④塩 りんご酢</p> <p>小学生 621 kcal 28.2 g 2.4 g</p> <p>中学生 772 kcal 34.6 g 2.8 g</p> <p>卵 豆 乳製品 小魚 緑黄色野菜</p> <p>果物 きのこと類 種実類</p>				<p>★ベーコンポテト</p> <p>②コッパン ③★ミネストローネ</p> <p>③④ベーコン</p> <p>①牛乳 ④チーズ</p> <p>③にんじん トマト 小松菜</p> <p>④パセリ</p> <p>③セロリ マッシュルーム キャベツ</p> <p>③④たまねぎ</p> <p>④コーン</p> <p>②コッパン ③マカロニ</p> <p>④じゃがいも</p> <p>③オリーブオイル</p> <p>④マーガリン(乳不使用)</p> <p>③チキンパイン 塩 ワイン しょうゆ</p> <p>③④コンソメ こしょう</p> <p>小学生 600 kcal 23.3 g 2.7 g</p> <p>中学生 740 kcal 28.1 g 3.4 g</p> <p>魚 卵 豆 乳製品 小魚</p> <p>海そう その他の野菜 果物 種実類</p>				<p>さつまいも餅</p> <p>②すめし ③白玉団子汁</p> <p>③④と肉 油揚げ</p> <p>④さつまあげ</p> <p>①牛乳</p> <p>③小松菜</p> <p>③④にんじん</p> <p>③白菜 ③④干しいたけ</p> <p>④ごぼう たけのこ えだまめ</p> <p>②米 ③白玉もち</p> <p>④さとう</p> <p>④油</p> <p>②すし酢 ③かつお節(だし) ③④しょうゆ 塩 酒</p> <p>④みりん</p> <p>小学生 599 kcal 25.2 g 2.7 g</p> <p>中学生 741 kcal 30.8 g 3.5 g</p> <p>魚 豆 乳製品 小魚 海そう</p> <p>その他の野菜 果物 きのこと類 種実類</p>				<p>ゼリー入りフルーツポンチ</p> <p>②白ごはん ③★キーマカレー</p> <p>③ふた肉 大豆</p> <p>①牛乳 スキムミルク チーズ</p> <p>③にんじん</p> <p>③たまねぎ しめじ えだまめ にんにく</p> <p>④みかん バイン もも</p> <p>②米 ③じゃがいも</p> <p>④りんごゼリー ナタデココ さとう</p> <p>③油</p> <p>③アレルゲンフリーカレーウ オールスパイス</p> <p>カレー粉 塩 こしょう ワイン ケチャップ</p> <p>ソース</p> <p>小学生 668 kcal 23.0 g 1.7 g</p> <p>中学生 830 kcal 27.9 g 2.2 g</p> <p>魚 豆製品 小魚 海そう</p> <p>緑黄色野菜 その他の野菜 種実類</p>						
おもに体をつくるものになる食品	1群	③大豆 厚揚げ みそ				③と肉 ちくわ 厚揚げ みそ				③④牛肉				③ふた肉 油揚げ				③ふた肉 大豆						
おもに体の調子を整えるものになる食品	2群	①牛乳				①牛乳 ④わかめ				①牛乳 ④チーズ				①牛乳				①牛乳 スキムミルク チーズ						
おもにエネルギーの源となる食品	3群	③にら ③④にんじん				③④にんじん				③にんじん トマト 小松菜				③小松菜				③にんじん						
その他調味料	4群	③根深ねぎ たけのこ にんにく				③大根 ごぼう こんにやく しょうが				③セロリ マッシュルーム キャベツ				③白菜 ③④干しいたけ				③たまねぎ しめじ えだまめ にんにく						
栄養価	5群	②米 ③④でんぶん さとう				②米 ③さいとも				②コッパン ③マカロニ				②米 ③白玉もち				②米 ③じゃがいも						
家庭でとってほしい食品	6群	④小麦粉 米粉 はるさめ				③④さとう ④はるさめ				④じゃがいも				④さとう				④りんごゼリー ナタデココ さとう						
小学生	738 kcal	27.3 g	2.0 g	小学生	621 kcal	28.2 g	2.4 g	小学生	600 kcal	23.3 g	2.7 g	小学生	599 kcal	25.2 g	2.7 g	小学生	668 kcal	23.0 g	1.7 g					
中学生	878 kcal	32.5 g	2.5 g	中学生	772 kcal	34.6 g	2.8 g	中学生	740 kcal	28.1 g	3.4 g	中学生	741 kcal	30.8 g	3.5 g	中学生	830 kcal	27.9 g	2.2 g					
卵 豆 乳製品 小魚 海そう	緑黄色野菜 果物 いも類 種実類				卵 豆 乳製品 小魚 緑黄色野菜	果物 きのこと類 種実類				魚 卵 豆 乳製品 小魚	海そう その他の野菜 果物 種実類				魚 豆 乳製品 小魚 海そう	その他の野菜 果物 きのこと類 種実類				魚 豆製品 小魚 海そう	緑黄色野菜 その他の野菜 種実類			
日(曜)		12日(月)				13日(火)				14日(水)				15日(木)				16日(金)						
こんだてめい	<p>ふりかえ きゅうじつ 振替休日</p>																							
今日の献立について	<p>2月11日(日)は けんこく きねん 建国記念の日</p>	<p>キムチは韓国の漬物です。塩漬けにした野菜を唐辛子などの香辛料と一緒に漬け込んで作ります。野菜があまりとれなくなる寒い冬にも野菜が食べられるように、保存食として作られるようになります。</p> <p>きびなごは、丸ごと食べられるので、成長期のみなさんに必要なカルシウムをたっぷりとることができま。苦手な人もたべやすように油でカラリと揚げて、甘い味付けにしてみました。歯ごたえもなりました。</p> <p>ほうれん草は、「野菜の王様」といわれるほど、私たちの体に必要な栄養素をたくさん含んでいます。目や髪の毛、皮膚や粘膜を健康に保つ働きのあるビタミンAや、貧血予防に役立つ鉄分、骨や歯を丈夫にしてくれるカルシウムなどがたっぷり入った野菜です。</p> <p>ひじきは、漢字で表すと、「鹿尾菜」と書きます。ひじきをよく見ると、鹿の尻尾(しっぽ)のような形をしていることから、この漢字があてられたといわれています。カルシウムや鉄分、食物せんいなど、私たちの体に必要な栄養がたっぷりです。</p>				<p>④大根サラダ</p> <p>②少なめ白ごはん ③豚キムチうどん</p> <p>③ふた肉 みそ</p> <p>④まぐろフレーク</p> <p>①牛乳</p> <p>③にら</p> <p>③④にんじん</p> <p>③たまねぎ 根深ねぎ もやし えのきたけ</p> <p>白菜キムチ しょうが</p> <p>④大根 きゅうり コーン</p> <p>②米</p> <p>③うどん</p> <p>③ごま油</p> <p>④マヨネーズ(卵不使用)</p> <p>③とりからスープ しょうゆ ゼラチン 酒</p> <p>④塩 こしょう</p> <p>小学生 605 kcal 21.4 g 2.4 g</p> <p>中学生 750 kcal 25.9 g 3.2 g</p> <p>豆 乳製品 小魚 海そう 果物</p> <p>いも類 種実類</p>				<p>④きびなごのピーナツがらめ</p> <p>②白ごはん ③豚汁</p> <p>③ふた肉 厚揚げ みそ</p> <p>①牛乳</p> <p>③にんじん 葉ねぎ</p> <p>③大根 ごぼう 干しいたけ こんにやく しょうが</p> <p>②米 ③さいとも</p> <p>④さとう</p> <p>③④油</p> <p>④ピーナツ</p> <p>③かつお節(だし)</p> <p>③④しょうゆ みりん</p> <p>④酒</p> <p>小学生 611 kcal 26.8 g 2.3 g</p> <p>中学生 755 kcal 32.6 g 2.9 g</p> <p>肉 卵 豆 乳製品 海そう</p> <p>緑黄色野菜 その他の野菜 果物</p>				<p>④★オーロラチキン</p> <p>②少なめ白ごはん ③ほうれん草とたまごのスープ</p> <p>③ベーコン たまご</p> <p>④とり肉 みそ</p> <p>①牛乳</p> <p>③ほうれん草 ③④にんじん</p> <p>③たまねぎ コーン</p> <p>④えだまめ</p> <p>②米 ③④でんぶん</p> <p>④さとう</p> <p>④油</p> <p>③とりからスープ コンソメ しょうゆ 塩</p> <p>③④こしょう</p> <p>④ケチャップ 酒</p> <p>小学生 648 kcal 26.7 g 2.1 g</p> <p>中学生 805 kcal 32.5 g 2.7 g</p> <p>魚 豆 乳製品 小魚 海そう</p> <p>その他の野菜 果物 きのこと類 種実類</p>				<p>④ひじきのサラダ</p> <p>②★きなこ揚げパン ③ミートボールのケチャップ煮</p> <p>③ふた肉 ミートボール(と肉)</p> <p>白いんげん豆 ④大豆</p> <p>①牛乳 ②チーズ ④ひじき</p> <p>③パセリ</p> <p>③④にんじん</p> <p>③たまねぎ マッシュルーム にんにく</p> <p>④キャベツ きゅうり コーン</p> <p>②コッパン ③じゃがいも</p> <p>③④さとう ④はちみつ</p> <p>③④油</p> <p>④アーモンド</p> <p>③ワイン ケチャップ ソース 塩 こしょう</p> <p>コンソメ ③④しょうゆ</p> <p>④りんご酢</p> <p>小学生 587 kcal 25.7 g 3.0 g</p> <p>中学生 820 kcal 34.0 g 3.8 g</p> <p>魚 卵 小魚 その他の野菜 果物</p>						
おもに体をつくるものになる食品	1群	③ふた肉 みそ				③と肉 厚揚げ みそ				③ベーコン たまご				③ふた肉 ミートボール(と肉)										
おもに体の調子を整えるものになる食品	2群	①牛乳				①牛乳				①牛乳				①牛乳										
おもにエネルギーの源となる食品	3群	③にら				③にんじん 葉ねぎ				③ほうれん草 ③④にんじん				③にんじん										
その他調味料	4群	③たまねぎ 根深ねぎ もやし えのきたけ				③大根 ごぼう 干しいたけ こんにやく しょうが				③たまねぎ コーン				③たまねぎ マッシュルーム にんにく										
栄養価	5群	②米				②米 ③さいとも				②米 ③白玉もち				②米 ③じゃがいも										
家庭でとってほしい食品	6群	④小麦粉 米粉 はるさめ				③④さとう ④はるさめ				④じゃがいも				④さとう										
小学生	605 kcal	21.4 g	2.4 g	小学生	611 kcal	26.8 g	2.3 g	小学生	648 kcal	26.7 g	2.1 g	小学生	587 kcal	25.7 g	3.0 g									
中学生	750 kcal	25.9 g	3.2 g	中学生	755 kcal	32.6 g	2.9 g	中学生	805 kcal	32.5 g	2.7 g	中学生	820 kcal	34.0 g	3.8 g									
豆 乳製品 小魚 海そう 果物	いも類 種実類				肉 卵 豆 乳製品 海そう	緑黄色野菜 その他の野菜 果物				魚 豆 乳製品 小魚 海そう	その他の野菜 果物 きのこと類 種実類				魚 卵 小魚 その他の野菜 果物									

2月分給食予定献立表

鹿屋市立南部学校給食センター

※ 材料、天候、その他の都合により献立の変更をすることがあります。★印は中学校3年生によるリクエスト給食です。

日(曜)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
こんだてめい					
今日の献立について	井戸の「井」という漢字の真ん中に点をつけると「丼」という漢字になります。井戸の中に物を落とすと「どぶん」という音がすることから、それが変化して「どんぶり」と読むようになったそうです。どんぶり料理が生まれたのは江戸時代からで、「天どん」が最初のどんぶり料理だという説があります。	砂肝は、にわとりの胃の一部です。脂肪がほとんどなく、主に筋肉でできているためコリコリとした食感が特徴です。今日は下味をしっかり効かせた砂肝と、ポテトを油で揚げ、カシューナッツからめてあります。かむことを意識しながら食べてください。	うどんを作るときには、生地をこねた後必ず寝かせて休ませます。こねたばかりの生地は、小麦に含まれるグルテンというたんぱく質がねじられて硬くなっています。しばらく寝かせることで、グルテンのねじれたところがゆるんで、生地が柔らかく伸びやすくなるのです。	ブロッコリーという名前は、「小さい芽」という意味のイタリア語からきています。キャベツや菜の花と同じアブラナ科の野菜で、黄色い花が咲きます。主に花のつぼみの部分を食べますが、その下の茎の部分もとても栄養がおいしいです。	<p>きびなごのピーナツがらめ (材料:4人分)</p> <p>きびなご 200g でんぱん 適量 揚げ油 適宜 濃口醤油 大さじ1 酒 小さじ1 本みりん 小さじ2 さとう 大さじ1 煎りピーナツ 大さじ2</p> <p>作り方 ①きびなごにでん粉をまぶし、油で揚げる。 ②①に加熱した調味料と、砕いた煎りピーナツをからめてできあがり。</p>
おもに体をつくるものとなる食品	1群 ③とり肉 たまご 油揚げ 2群 ①牛乳	③つくね(とり肉) ④すなぎも ①牛乳	③とり肉 ④まぐろフレーク みそ ①牛乳	③④ベーコン 白いんげん豆 ①③牛乳	
おもに体の調子を整えるものとなる食品	3群 ③葉ねぎ ③④にんじん ④小松菜 4群 ③たまねぎ 干しいたけ ④白菜 もやし コーン	③にんじん チンゲンサイ 葉ねぎ にら ③たまねぎ えのきたけ もやし 白菜 にんにく	③にんじん ③たまねぎ 根深ねぎ にんにく しょうが ④ごぼう コーン	③にんじん パセリ ④ブロッコリー ③たまねぎ しめじ ④コーン	
おもにエネルギーのもととなる食品	5群 ②米 ③でんぱん ③④さとう 6群 ③油 ④ごま	②米 ③パン粉 さとう ④じゃがいも でんぱん ④カシューナッツ 油	②米 ③うどん ③油 ④マヨネーズ(卵不使用) ごま	②コッペパン ③じゃがいも 小麦粉 ③油 生クリーム ③④マーガリン(乳不使用)	
その他調味料	③かつお節(だし) 酒 塩 ③④しょうゆ みりん	③とりがらスープ オイスターソース 中華スープ しょうゆ ③④塩	③かつお節・昆布(だし) カレー粉 アレルゲンフリーカレーソース ゼラチン ④酒 みりん	③コンソメ ③④塩 しょうゆ ④しょうゆ	
栄養価	小学生 632 kcal 27.4 g 2.5 g 中学生 779 kcal 33.3 g 3.2 g	小学生 667 kcal 23.8 g 1.7 g 中学生 828 kcal 28.3 g 2.2 g	小学生 674 kcal 22.0 g 2.0 g 中学生 837 kcal 26.6 g 2.6 g	小学生 614 kcal 21.8 g 2.4 g 中学生 757 kcal 26.4 g 3.2 g	
家庭でとってほしい食品	魚 豆 乳製品 小魚 海そう 果物 いも類	魚 卵 豆 豆製品 乳製品 小魚 海そう 果物	卵 豆 乳製品 小魚 海そう 緑黄色野菜 果物 きのご類 いも類	肉 卵 豆製品 小魚 海そう その他の野菜 果物 種実類	

日(曜)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	献立表の見かた
こんだてめい					
今日の献立について	鹿屋市特産の甘くておいしいさつまいも「紅はるか」は、九州で開発された新品種で、これまでのさつまいもよりはるかにおいしいことから「紅はるか」と命名されました。今日は、油で揚げてキャラメルソースにからめてみました。	「チゲ」とは、韓国の料理で、「鍋」という意味です。日本では、韓国の人々が「チゲ」というのを聞いて「辛い」という言葉だと勘違いして「チゲ鍋」と言ったりします。これは間違いで「鍋鍋」という意味になってしまいます。今日のチゲは、キムチ入りの優しい辛みの鍋料理です。	「ペペロンチーノ」とは、正式には、「アリオ・アリオ・ペペロンチーノ」といいます。イタリア語でアリオはにんにく、アリオは油(オリーブオイル)、ペペロンチーノは唐辛子を意味しています。今日は、ごぼうが主役の、辛さひかえめのペペロンチーノです。	高野豆腐は、豆腐を寒い冬に外に置いて凍らせ、次にそのままゆかり溶かします。豆腐の中の水分がとけて、スポンジのようになります。これを何度か繰り返すと、豆腐の水分がなくなって、固い高野豆腐になるのです。今では、工場冷凍庫を使って作られるようになりました。	<p>今日給食のねらいや、栄養のことなど、みなさんに伝えたいことが書いてあります。</p> <p>魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう 緑黄色野菜(色のこい野菜) その他の野菜・果物・きのご類 ごく類・いも類・さとう 油脂(油類)・種実類 だしや調味料など</p>
おもに体をつくるものとなる食品	1群 ③ぶた肉 2群 ①牛乳 ③チーズ	③つくね(とり肉) 豆腐 みそ ③④ぶた肉 ①牛乳	③とり肉 ベーコン ④ホキ ⑤大豆 ①牛乳 ③チーズ ⑤スキムミルク	③とり肉 たまご 高野豆腐 さつまあげ ①牛乳 ②わかめ ④塩昆布	
おもに体の調子を整えるものとなる食品	3群 ③にんじん トマト さやいんげん 4群 ③たまねぎ マッシュルーム しめじ にんにく	③にら ③④にんじん ④チンゲンサイ ③白菜 大根 根深ねぎ もやし たまねぎ えのきたけ 白菜キムチ にんにく ④糸こんにゃく コーン しょうが	③ごぼう たまねぎ えのきたけ しめじ にんにく ②食パン ③スパゲティ ④パン粉 ⑤さとう ③オリーブオイル ④⑤油	③たまねぎ キャベツ 干しいたけ ④白菜 コーン ②米 ③さとう ③油	
おもにエネルギーのもととなる食品	5群 ②米 ④さつまいも さとう 6群 ③④油 ④バター	②米 ③パン粉 ③④さとう ③④油 ごま油	②食パン ③スパゲティ ④パン粉 ⑤さとう ③オリーブオイル ④⑤油	②米 ③さとう ③油	
その他調味料	③とりがらスープ ハヤシルウ ワインソース デミグラスソース ケチャップ しょうゆ	③かつお節(だし) オイスターソース みりん 塩 ③④酒 ④しょうゆ	③ワイン ゼラチン しょうゆ 唐辛子 ③④塩 しょうゆ ⑤ココアパウダー	②③塩 ③かつお節(だし) 酒 みりん しょうゆ ④ポン酢	
栄養価	小学生 678 kcal 21.0 g 1.6 g 中学生 843 kcal 24.9 g 2.0 g	小学生 613 kcal 28.0 g 2.2 g 中学生 760 kcal 34.3 g 2.9 g	小学生 678 kcal 27.1 g 2.1 g 中学生 759 kcal 30.0 g 2.5 g	小学生 616 kcal 29.8 g 2.7 g 中学生 759 kcal 36.1 g 3.9 g	
家庭でとってほしい食品	魚 卵 豆 豆製品 小魚 海そう その他の野菜 果物 種実類	魚 卵 豆 乳製品 小魚 海そう 果物 いも類 種実類	卵 豆製品 小魚 海そう 緑黄色野菜 その他の野菜 果物 いも類 種実類	豆 乳製品 小魚 果物 いも類 種実類	

日(曜)	品名	納入業者	後片付け
28(水)	マーシャルピンズ	給食センター	学校で処分

※ 今月のデザート等の納品日、品名、納入業者、後片づけについては、左表のとおりです。(検収をよろしくお願いします。)