

○平成29年10月分学校給食基準献立予定表

Aブロック

(公益財団法人 横須賀市学校給食会)

日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(赤) おもに体をつくる	(黄) 働く力になる	(緑) 体の調子を ととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2 (月)	煮こみうどん 牛乳 ちくわとじゃがいもの揚げ煮 ヨーグルト	ぶた肉 油揚げ 牛乳 ちくわ ヨーグルト	かんめん さとう じゃがいも 油 ごま	にんじん たまねぎ 長ねぎ ほうれん草	塩 かつお節 しょうゆ	589	25.1
3 (火)	とりごぼうのピラフ 牛乳 さけのマヨネーズ焼き ごまじょうゆサラダ	とりひき肉 牛乳 さけ	米 麦 バター 油 マヨネーズ(卵抜き) ごま油 ごま	ごぼう にんじん たまねぎ グリンピース パセリ だいこん きゅうり 長ねぎ	ワイン しょうが 濃縮スープ 塩 こしょう にんにく しょうゆ 酢 一味とうがらし	555	28.3
4 (水)	ぶどうパン 牛乳 ミネストローネ ポテトグラタン	牛乳 とり肉 調理用牛乳 チーズ	パン 油 じゃがいも ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん ホールトマト缶 コーン	にんにく 濃縮スープ 塩 こしょう	633	23.4
5 (木)	ごはん 牛乳 いりどり いそあえ	牛乳 とり肉 のり	米 じゃがいも 油 さとう	にんじん たけのこ グリンピース キャベツ ほうれん草	こんにゃく 塩 しょうゆ みりん	595	22.2
6 (金)	チャーハン 牛乳 揚げギョウザ ナムル	ハム たまご 牛乳 ギョウザ	米 麦 油 ごま	長ねぎ もやし キャベツ にんじん	酒 にんにく 濃縮スープ 塩 こしょう しょうゆ オイスターソース 一味とうがらし	578	21.5
12 (木)	★梅わかめごはん 牛乳 とり肉のから揚げ しょうがあえ	わかめ 牛乳 とり肉	米 麦 かたくり粉 油	キャベツ もやし 小松菜	酒 きざみ梅 塩 こしょう しょうが しょうゆ	573	24.1
13 (金)	こぎつねごはん 牛乳 豚たま煮 からしあえ	油揚げ 牛乳 ぶた肉 うずら卵水煮缶	米 麦 さとう ごま	にんじん はくさい ほうれん草	酒 しょうゆ 塩 しょうが からし粉	613	26.5
16 (月)	豚丼 牛乳 おひたし	ぶた肉 みそ 牛乳	米 麦 油 さとう	ごぼう キャベツ ほうれん草	酒 しらたき 塩 にんにく しょうが みりん しょうゆ 豆板醤	572	22.2
17 (火)	さけときのこのクリームスパゲッティ 牛乳 コールスローサラダ タルト	さけ 調理用牛乳 脱脂粉乳 牛乳	スパゲッティ サラダ油 油 バター 小麦粉 りんごのタルト	たまねぎ えのき しめじ マッシュルーム ほうれん草 キャベツ にんじん コーン	塩 ワイン 濃縮スープ こしょう 酢 レモン果汁	618	23.1
18 (水)	黒パン 牛乳 いろどりスープ とり肉とじゃがいものケチャップあえ	牛乳 わかめ とり肉	パン ベーコン かたくり粉 じゃがいも 油 さとう	にんじん キャベツ ほうれん草 コーン たまねぎ	塩 濃縮スープ しょうゆ こしょう トマトケチャップ ソース	628	26.3
19 (木)	ごはん 牛乳 秋のみそ汁 浅漬け さんまのかば焼き	牛乳 油揚げ みそ さんま	米 さつまいも 小麦粉 油 さとう ごま	にんじん 長ねぎ しめじ キャベツ きゅうり	こんにゃく 塩 かつお節 しょうゆ	623	21.1
20 (金)	ひよこ豆のカレー 牛乳 わかめサラダ	ぶたひき肉 ひよこ豆 牛乳 わかめ	米 麦 油 小麦粉 バター サラダ油	にんじん たまねぎ キャベツ	酒 ターメリック にんにく しょうが カレー粉 濃縮スープ 塩 トマトケチャップ しょうゆ ペイリーフ	652	21.3

★印は新献立

平成29年度 よい歯の標語コンクール 優秀賞

けんこうも にこにご笑顔も よい歯から 夏島小学校5年 寺田 有日子



日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(赤) おもに体をつくる	(黄) 働く力になる	(緑) 体の調子をととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
23 (月)	コッペパン 牛乳 ワンタンスープ ポテトサラダ ジャム	牛乳 ぶた肉 白大豆 ハム	パン ウエーブワンタン じゃがいも マヨネーズ(卵抜き) いちごジャム	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれん草 コーン グリンピース	塩 濃縮スープ こしょう しょうゆ 酢	569	23.0
24 (火)	ごはん 牛乳 のっぺい汁 とり肉の香味漬け くだもの	牛乳 ちくわ とり肉	米 さといも かたくり粉 油 さとう	にんじん だいこん 長ねぎ みかん	塩 こんにやく かつお節 しょうゆ 酒 一味とうがらし 酢	635	25.4
25 (水)	こんぶのたきこみごはん 牛乳 さわらの南部焼き ゆずポン酢あえ	こんぶ 油揚げ 牛乳 さわら	米 麦 さとう ごま	にんじん 長ねぎ キャベツ きゅうり	酒 しょうゆ 塩 一味とうがらし 酢 ゆず果汁	574	26.8
26 (木)	カレー焼きそば 牛乳 じゃがいもの和風揚げ ミックスフルーツ	ぶた肉 牛乳 青のり	むしめん 油 じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ 甘夏みかん缶 りんご缶 黄桃缶	カレー粉 塩 ソース	571	20.2
27 (金)	ごはん 牛乳 豚肉のみそ炒め 塩ナムル	牛乳 ぶた肉 みそ	米 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油	たまねぎ もやし ほうれん草	酒 しょうが にんにく しょうゆ 豆板醤 塩 酢	582	24.6
30 (月)	ソフトフランス 牛乳 野菜スープ ホキのチーズフライ ポイルキャベツ	牛乳 ホキ チーズ	パン ベーコン 小麦粉 パン粉 油	にんじん たまねぎ はくさい 干しいたけ ほうれん草 キャベツ	塩 濃縮スープ こしょう しょうゆ ソース	609	30.1
31 (火)	さつまいもごはん 牛乳 いわしのこはく揚げ おひたし	牛乳 いわし みそ	米 麦 さつまいも ごま かたくり粉 油	キャベツ にんじん ほうれん草	酒 塩 しょうゆ しょうが	555	19.6

加工食品の食物アレルギー原因食物について

献立名	食材名	特定原材料							特定原材料に準ずるもの
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	
ぶどうパン	パン		○	○					
黒パン	パン		○	○					
コッペパン	パン		○	○					
ソフトフランス	パン		○	○					
カレー焼きそば	むしめん			○					大豆
ちくわとじゃがいもの揚げ煮	ちくわ								
ヨーグルト	ヨーグルト		○						
チャーハン	ハム								豚肉
揚げギョウザ	ギョウザ			○					ごま・大豆・豚肉
ポテトグラタン	ベーコン								豚肉
タルト	りんごのタルト								大豆・りんご
いりどりスープ	ベーコン								豚肉
ポテトサラダ	ハム								豚肉
ジャム	いちごジャム								
のっぺい汁	ちくわ								
野菜スープ	ベーコン								豚肉

※記載している食物アレルギー原因食物は、食品衛生法に基づく特定原材料7品目と、特定原材料に準ずる20品目のみです。
その他の原因食物については記載していません。

今月の地場産物の使用予定

- 横須賀市内産
のり(走水産): 5日(木) いそあえ
たまご(武山産): 6日(金) チャーハン
 - 神奈川県内産
豚肉: 16日(月) 豚丼
- ※ 事情により変更することがあります。

ホームページで「給食レシピ」を掲載しています。

パソコン版横須賀市ホームページで学校給食のレシピを掲載しています。(スマートフォンでもご覧いただけます。)
トップページで「給食レシピ」と検索してください。

携帯版横須賀市ホームページでもレシピを掲載しています。

※ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。