

6月 網野学校給食予定こんだて表

平成29年5月31日
網野学園網野北小学校
網野学校給食センター

| 給食センターのひみつをさぐれ! その② 回転釜の巻 | | 1日(木) | | 2日(金) | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|---|--|
| <p>給食センターには回転釜という大きな釜が5つあって、お汁や煮物を作るときは、この回転釜を3つ使って順番に作っています。お風呂のように大きな釜なので使う道具もとても大きいし、かき混ぜたりするのに力がいります。</p> <p>釜の横のハンドルを回すと、こんな風に釜を傾けることができ、中の料理を出したり中を洗ったりするのにとても便利です。</p> | | <p>エネルギー 712kcal たんぱく質 24.2g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 ジャがいものチーズ焼き 副菜 キャベツとみかんのサラダ 副菜 うずら卵のスープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>エネルギー 729kcal たんぱく質 28.6g</p> <p>主食 大豆ライス 主菜 豚肉とたまねぎのオイスターソース炒め 副菜 レタスのスープ デザート パナナ 牛乳 牛乳</p> | | | | | |
| <p>5日(月)</p> <p>エネルギー 648kcal たんぱく質 26.1g</p> <p>主食 梅ちりご飯 主菜 高野豆腐の含め煮 副菜 磯香和え 副菜 沢煮椀 牛乳 牛乳</p> | | <p>6日(火)</p> <p>エネルギー 643kcal たんぱく質 27.6g</p> <p>主食 麦ご飯・のり佃煮 主菜 焼きイカ 副菜 切干大根のごま酢和え 副菜 にらたま汁 牛乳 牛乳</p> | | <p>7日(水)</p> <p>エネルギー 731kcal たんぱく質 32.1g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 ササミのチリソース和え 副菜 かみかみサラダ 副菜 中華スープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>8日(木)</p> <p>エネルギー 707kcal たんぱく質 26.4g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 小あじの香味揚げ 副菜 海藻サラダ 副菜 ジャがいものみそ汁 牛乳 牛乳</p> | | <p>9日(金)</p> <p>エネルギー 790kcal たんぱく質 30.7g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 豆腐の中華風煮 副菜 ビーフンサラダ デザート 黒糖ピーナッツ 牛乳 牛乳</p> | |
| <p>10日(土)</p> <p>エネルギー 661kcal たんぱく質 25.1g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 豚肉のハリハリキムチ炒め 副菜 もやしのナムル 副菜 若布スープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>13日(火)</p> <p>エネルギー 717kcal たんぱく質 27.9g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 トビウオの石垣フライ 副菜 きゅうりもみ 副菜 たまねぎのみそ汁 牛乳 牛乳</p> | | <p>14日(水)</p> <p>エネルギー 747kcal たんぱく質 24.9g</p> <p>主食 タコライス 主菜 きゅうりとパインのサラダ 副菜 コンソメスープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>15日(木)</p> <p>エネルギー 768kcal たんぱく質 28.9g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 肉豆腐 副菜 ツナのおひたし デザート さくらんぼゼリー 牛乳 牛乳</p> | | <p>16日(金)</p> <p>エネルギー 706kcal たんぱく質 28.1g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 サバのカレー焼き 副菜 こんにゃくのきんぴら 副菜 すまし汁 牛乳 牛乳</p> | |
| <p>19日(月)</p> <p>エネルギー 753kcal たんぱく質 24.4g</p> <p>主食 白ごはん(特別栽培米) 主菜 鶏肉のトマトソースかけ 副菜 ピリ辛きゅうり 副菜 オニオンスープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>20日(火)</p> <p>エネルギー 704kcal たんぱく質 27.6g</p> <p>主食 白ごはん(特別栽培米) 主菜 ホキのバジルソース焼き 副菜 キャベツのごま酢和え 副菜 わかめのみそ汁 牛乳 牛乳</p> | | <p>21日(水)</p> <p>エネルギー 735kcal たんぱく質 24.9g</p> <p>主食 ゆかりごはん(特別栽培米) 主菜 ジャーチャーめん 副菜 もやしとひじきのナムル 副菜 ミディマト 牛乳 牛乳</p> | | <p>22日(木)</p> <p>エネルギー 787kcal たんぱく質 28.5g</p> <p>主食 白ごはん(特別栽培米) 主菜 肉じゃが 副菜 昆布豆 副菜 五色和え 牛乳 牛乳</p> | | <p>23日(金)</p> <p>エネルギー 646kcal たんぱく質 22.2g</p> <p>主食 キムタクご飯(特別栽培米) 主菜 バンバンジー 副菜 ワンタンスープ デザート 冷凍みかん 牛乳 牛乳</p> | |
| <p>26日(月)</p> <p>エネルギー 831kcal たんぱく質 27.1g</p> <p>主菜 ドライカレー(麦ごはん) 副菜 福神漬 副菜 フルーツサラダのマヨネーズかけ 牛乳 牛乳</p> | | <p>27日(火)</p> <p>エネルギー 768kcal たんぱく質 26.5g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 ちくわのかわり揚げ 副菜 キャベツとピーマンの昆布和え 副菜 切干大根の炒り煮 牛乳 牛乳</p> | | <p>28日(水)</p> <p>エネルギー 750kcal たんぱく質 23.8g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 コロッケ風春巻き 副菜 ツナサラダ 副菜 トマトと卵のスープ 牛乳 牛乳</p> | | <p>29日(木)</p> <p>エネルギー 709kcal たんぱく質 31.8g</p> <p>主食 白ごはん 主菜 鶏肉のさっぱり煮 副菜 ゆかり和え 副菜 アゴのたたき汁 牛乳 牛乳</p> | | <p>30日(金)</p> <p>エネルギー 643kcal たんぱく質 22.0g</p> <p>主食 しょうがごはん 主菜 ささみとキャベツのおひたし 副菜 夏ののっぺい汁 デザート 水無月風ういろ 牛乳 牛乳</p> | |

今週は「歯と口の健康週間」

たんご・食の日

夏越祓

