

7月13日(木)	7月14日(金)	7月18日(火)	7月19日(水)																																																																																																																																																																																											
	小 696 kcal 中 829 kcal	小 578 kcal 中 714 kcal	小 626 kcal 中 776 kcal																																																																																																																																																																																											
校内たいこ祭り (雨天時も) のため 給食なし	バーガーパン ミートローフ 牛乳 ひよこ豆のスープ	コーンライス 牛乳 豚肉の炒め物 野菜スープ	夏野菜のポークカレー 牛乳 きゃべつのソテー 冷凍みかん																																																																																																																																																																																											
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>食材名</th> <th>分量(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>バーガーパン</td><td>1こ</td></tr> <tr><td>牛ミンチ</td><td>30g</td></tr> <tr><td>豚ミンチ</td><td>30g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>25g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5g</td></tr> <tr><td>ホールコーン</td><td>10g</td></tr> <tr><td>パン粉</td><td>7g</td></tr> <tr><td>豆乳</td><td>3g</td></tr> <tr><td>ノンエッグマヨネーズ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>ナツメグ</td><td>0.05g</td></tr> <tr><td>トマトチャップ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2g</td></tr> <tr><td>トマトチャップ</td><td>9g</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>4g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>10g</td></tr> <tr><td>おろしにんにく</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>ひよこ豆</td><td>15g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.4g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>6g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>1g</td></tr> <tr><td>ローリエ</td><td>0.01g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> </tbody> </table>	食材名	分量(g)	バーガーパン	1こ	牛ミンチ	30g	豚ミンチ	30g	たまねぎ	25g	にんじん	5g	ホールコーン	10g	パン粉	7g	豆乳	3g	ノンエッグマヨネーズ	3g	塩	0.5g	こしょう	0.02g	ナツメグ	0.05g	トマトチャップ	3g	さとう	2g	トマトチャップ	9g	ウスターソース	4g	牛乳	1本	豚肉	10g	おろしにんにく	0.3g	たまねぎ	40g	にんじん	10g	ひよこ豆	15g	塩	0.4g	こしょう	0.02g	チキンスープ	6g	薄口しょうゆ	1g	ローリエ	0.01g	水	100g	<table border="1"> <thead> <tr> <th>食材名</th> <th>分量(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>米</td><td>70g</td></tr> <tr><td>ホールコーン</td><td>15g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>1g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>10g</td></tr> <tr><td>パセリ(乾)</td><td>0.03g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>40g</td></tr> <tr><td>ジンジャーパウダー</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>ガーリックパウダー</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>1g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>60g</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>7g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>1g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>5g</td></tr> <tr><td>鶏肉</td><td>5g</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>20g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>20g</td></tr> <tr><td>三度豆</td><td>5g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>6g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> </tbody> </table>	食材名	分量(g)	米	70g	ホールコーン	15g	塩	0.3g	こしょう	0.02g	濃口しょうゆ	1g	チキンスープ	10g	パセリ(乾)	0.03g	牛乳	1本	豚肉	40g	ジンジャーパウダー	0.5g	ガーリックパウダー	0.5g	塩	1g	こしょう	0.03g	サラダ油	1g	たまねぎ	60g	ピーマン	7g	さとう	1g	濃口しょうゆ	5g	鶏肉	5g	じゃがいも	20g	にんじん	10g	たまねぎ	20g	三度豆	5g	薄口しょうゆ	3g	チキンスープ	6g	塩	0.5g	こしょう	0.02g	水	100g	<table border="1"> <thead> <tr> <th>食材名</th> <th>分量(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>米</td><td>74g</td></tr> <tr><td>麦</td><td>6g</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>30g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.04g</td></tr> <tr><td>ジンジャーパウダー</td><td>0.04g</td></tr> <tr><td>ガーリックパウダー</td><td>0.04g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40g</td></tr> <tr><td>ズッキーニ</td><td>10g</td></tr> <tr><td>なす(八幡産)</td><td>15g</td></tr> <tr><td>かぼちゃ</td><td>20g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>マーガリン</td><td>4g</td></tr> <tr><td>小麦粉</td><td>4g</td></tr> <tr><td>ペーストチャップ</td><td>1.5g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.8g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>オールスパイス</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>赤ワイン</td><td>2g</td></tr> <tr><td>トマトチャップ</td><td>2g</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>1g</td></tr> <tr><td>カレー粉</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>カルダモン</td><td>0.01g</td></tr> <tr><td>コリアンダー</td><td>0.01g</td></tr> <tr><td>ローリエ</td><td>0.01g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>5g</td></tr> <tr><td>水</td><td>80g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>50g</td></tr> <tr><td>ポークウインナー</td><td>10g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>冷凍みかん</td><td>1こ</td></tr> </tbody> </table>	食材名	分量(g)	米	74g	麦	6g	豚肉	30g	塩	0.3g	こしょう	0.04g	ジンジャーパウダー	0.04g	ガーリックパウダー	0.04g	たまねぎ	40g	ズッキーニ	10g	なす(八幡産)	15g	かぼちゃ	20g	にんじん	10g	マーガリン	4g	小麦粉	4g	ペーストチャップ	1.5g	塩	0.8g	こしょう	0.02g	オールスパイス	0.02g	赤ワイン	2g	トマトチャップ	2g	ウスターソース	1g	カレー粉	0.5g	カルダモン	0.01g	コリアンダー	0.01g	ローリエ	0.01g	チキンスープ	5g	水	80g	牛乳	1本	キャベツ	50g	ポークウインナー	10g	サラダ油	1g	塩	0.2g	こしょう	0.03g	濃口しょうゆ	0.5g	冷凍みかん
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																													
バーガーパン	1こ																																																																																																																																																																																													
牛ミンチ	30g																																																																																																																																																																																													
豚ミンチ	30g																																																																																																																																																																																													
たまねぎ	25g																																																																																																																																																																																													
にんじん	5g																																																																																																																																																																																													
ホールコーン	10g																																																																																																																																																																																													
パン粉	7g																																																																																																																																																																																													
豆乳	3g																																																																																																																																																																																													
ノンエッグマヨネーズ	3g																																																																																																																																																																																													
塩	0.5g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																													
ナツメグ	0.05g																																																																																																																																																																																													
トマトチャップ	3g																																																																																																																																																																																													
さとう	2g																																																																																																																																																																																													
トマトチャップ	9g																																																																																																																																																																																													
ウスターソース	4g																																																																																																																																																																																													
牛乳	1本																																																																																																																																																																																													
豚肉	10g																																																																																																																																																																																													
おろしにんにく	0.3g																																																																																																																																																																																													
たまねぎ	40g																																																																																																																																																																																													
にんじん	10g																																																																																																																																																																																													
ひよこ豆	15g																																																																																																																																																																																													
塩	0.4g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																													
チキンスープ	6g																																																																																																																																																																																													
薄口しょうゆ	1g																																																																																																																																																																																													
ローリエ	0.01g																																																																																																																																																																																													
水	100g																																																																																																																																																																																													
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																													
米	70g																																																																																																																																																																																													
ホールコーン	15g																																																																																																																																																																																													
塩	0.3g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																													
濃口しょうゆ	1g																																																																																																																																																																																													
チキンスープ	10g																																																																																																																																																																																													
パセリ(乾)	0.03g																																																																																																																																																																																													
牛乳	1本																																																																																																																																																																																													
豚肉	40g																																																																																																																																																																																													
ジンジャーパウダー	0.5g																																																																																																																																																																																													
ガーリックパウダー	0.5g																																																																																																																																																																																													
塩	1g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.03g																																																																																																																																																																																													
サラダ油	1g																																																																																																																																																																																													
たまねぎ	60g																																																																																																																																																																																													
ピーマン	7g																																																																																																																																																																																													
さとう	1g																																																																																																																																																																																													
濃口しょうゆ	5g																																																																																																																																																																																													
鶏肉	5g																																																																																																																																																																																													
じゃがいも	20g																																																																																																																																																																																													
にんじん	10g																																																																																																																																																																																													
たまねぎ	20g																																																																																																																																																																																													
三度豆	5g																																																																																																																																																																																													
薄口しょうゆ	3g																																																																																																																																																																																													
チキンスープ	6g																																																																																																																																																																																													
塩	0.5g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																													
水	100g																																																																																																																																																																																													
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																													
米	74g																																																																																																																																																																																													
麦	6g																																																																																																																																																																																													
豚肉	30g																																																																																																																																																																																													
塩	0.3g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.04g																																																																																																																																																																																													
ジンジャーパウダー	0.04g																																																																																																																																																																																													
ガーリックパウダー	0.04g																																																																																																																																																																																													
たまねぎ	40g																																																																																																																																																																																													
ズッキーニ	10g																																																																																																																																																																																													
なす(八幡産)	15g																																																																																																																																																																																													
かぼちゃ	20g																																																																																																																																																																																													
にんじん	10g																																																																																																																																																																																													
マーガリン	4g																																																																																																																																																																																													
小麦粉	4g																																																																																																																																																																																													
ペーストチャップ	1.5g																																																																																																																																																																																													
塩	0.8g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																													
オールスパイス	0.02g																																																																																																																																																																																													
赤ワイン	2g																																																																																																																																																																																													
トマトチャップ	2g																																																																																																																																																																																													
ウスターソース	1g																																																																																																																																																																																													
カレー粉	0.5g																																																																																																																																																																																													
カルダモン	0.01g																																																																																																																																																																																													
コリアンダー	0.01g																																																																																																																																																																																													
ローリエ	0.01g																																																																																																																																																																																													
チキンスープ	5g																																																																																																																																																																																													
水	80g																																																																																																																																																																																													
牛乳	1本																																																																																																																																																																																													
キャベツ	50g																																																																																																																																																																																													
ポークウインナー	10g																																																																																																																																																																																													
サラダ油	1g																																																																																																																																																																																													
塩	0.2g																																																																																																																																																																																													
こしょう	0.03g																																																																																																																																																																																													
濃口しょうゆ	0.5g																																																																																																																																																																																													
冷凍みかん	1こ																																																																																																																																																																																													

わくわく給食

今月のわくわく給食は「冷凍みかん」の曲とのコラボ給食です。

冷凍みかんは、1955年に小田原駅のキヨスクで販売するようになったのが始まりだそうです。



八幡市給食マスコット「たけんちゃん」

暑い時期の食中毒に注意！

屋外の調理や食事で食中毒を予防するポイント



●手や調理器具は、洗浄やアルコール消毒などで清潔に保つ

夏場に限らず、調理や食事の際の手洗いはしっかりとしましょう。

●安全な食材と水を使う

新鮮な食材を選び、清潔な水を使って調理をしましょう。

●生の食品と加熱済の食品を分ける

生の魚や魚介類と、すでに加熱してある食品は、容器や調理器具を分けるようにしましょう。

●しっかり加熱する

汁物は沸騰するまで、お肉や魚類は肉汁などが透明になってから1分を目安に加熱しましょう。

●安全な温度に保ち、調理後はすぐ食べる

自分で調理しない場合も油断は禁物です。屋台などで買ったものもすぐ食べましょう。

夏場は、気温も湿度も高く、食中毒が起きやすい時期です。バーベキューやお祭りなど、夏休みは外で食べる機会も増えますので、今回は屋外の調理や食事で予防するポイントをおさえておきましょう。

給食開始は
8月29日(火)からです。

