

4月18日(木)	小621kcal 中770kcal	4月19日(金)	小582kcal 中697kcal	4月22日(月)		4月23日(火)	小585kcal 中723kcal	4月24日(水)	小586kcal 中724kcal
ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 ちくわともやしのかつおあえ		きな粉パン 牛乳 米粉と豆乳のシチュー コーンのサラダ				ごはん ひじきふりかけ 牛乳 筑前煮 切干大根のみそ汁		ごはん 牛乳 カレー鍋 春雨サラダ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	<div style="border: 2px solid blue; padding: 10px;"> <p>土曜参観振替 休日のため 給食なし</p>  </div>		食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	小型パン	1 こ			米	80 g	米	80 g
牛乳	1 本	揚げ油	3 g			牛乳	1.5 g	牛乳	1 本
豚ミンチ	20 g	きな粉	7 g			系かつお	1 g	ボークブラング	20 g
にんじん	20 g	上白糖	7 g			白いりごま	1 g	油揚げ	4 g
たまねぎ	50 g	塩	0.1 g			濃口しょうゆ	2.5 g	豚肉	10 g
厚揚げ	70 g	牛乳	1 本			さとう	1 g	はくさい	25 g
三度豆	10 g	鶏肉	20 g			みりん	1.5 g	たまねぎ	20 g
さとう	2 g	じゃがいも	30 g			牛乳	1 本	にんじん	20 g
濃口しょうゆ	3 g	たまねぎ	40 g			鶏肉	25 g	えのきたけ	10 g
みりん	3 g	にんじん	15 g			さつま揚げ	10 g	青ねぎ(八幡産)	10 g
片栗粉	2 g	サラダ油	1 g			ごぼう	15 g	酒	1 g
けずりぶし	0.5 g	豆乳	20 g			にんじん	10 g	みりん	0.5 g
水	20 g	米粉	4 g			たけのこ(水煮)	10 g	塩	0.4 g
ちくわ	10 g	塩	0.7 g			こんにやく	15 g	薄口しょうゆ	2 g
ともやし	40 g	こしょう	0.03 g			サラダ油	0.5 g	カレー粉	0.4 g
にんじん	5 g	チキンスープ	6 g	さとう	2 g	けずりぶし	2 g		
さとう	0.5 g	水	80 g	濃口しょうゆ	4 g	水	40 g		
濃口しょうゆ	2 g	パセリ(乾)	0.05 g	みりん	0.5 g	ほろぎめ	8 g		
系かつお	1 g	ポールゴーン	20 g	けずりぶし	2 g	ボークハム	7 g		
		キャベツ	20 g	水	40 g	キャベツ	20 g		
		にんじん	10 g	切干大根	2 g	きゅうり	10 g		
		チキンハム	10 g	にんじん	10 g	にんじん	5 g		
		サラダ油	1 g	たまねぎ	20 g	塩	0.1 g		
		酢	1 g	油揚げ	7 g	ごま油	0.5 g		
		濃口しょうゆ	1 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	さとう	1 g		
		塩	0.1 g	八幡のみそ	9 g	濃口しょうゆ	3 g		
		こしょう	0.02 g	八幡の白みそ	3 g	酢	2 g		
				けずりぶし	2 g				
				水	100 g				

4月25日(木)	小590kcal 中721kcal	4月26日(金)	小617kcal 中729kcal	4月30日(火)	小626kcal 中763kcal
たけのこご飯 牛乳 鯖の塩焼き ほうれん草のかつおあえ 豆腐のみそ汁		コッペパン 牛乳 鶏肉のレモンあえ ポトフ		ごはん 茎わかめの佃煮 牛乳 鯖の塩焼き たぬき汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	70 g	コッペパン	1 こ	米	80 g
たけのこ 生	15 g	牛乳	1 本	茎わかめ(乾燥)	0.6 g
にんじん	3 g	鶏肉	60 g	ちりめんじゃこ	4 g
油揚げ	5 g	白ワイン	1 g	サラダ油	0.2 g
濃口しょうゆ	3 g	塩	0.2 g	酒	2 g
薄口しょうゆ	2 g	こしょう	0.02 g	さとう	2 g
塩	0.2 g	片栗粉	10 g	濃口しょうゆ	1 g
酒	2 g	揚げ油	4 g	牛乳	1 本
けずりぶし	0.5 g	たまねぎ	20 g	塩鯖	
牛乳	1 本	さとう	3 g	小学校 50g	1 切
ざわら二塩		濃口しょうゆ	3 g	中学校 60g	1 切
小学校 50g	1 切	レモン果汁	0.5 g	サラダ油	0.3 g
中学校 60g	1 切	パセリ	1 g	にんじん	10 g
サラダ油	0.3 g	豚肉	10 g	大根	15 g
ほうれん草	15 g	たまねぎ	40 g	板こんにやく	15 g
にんじん	5 g	にんじん	15 g	油揚げ	7 g
キャベツ	25 g	キャベツ	20 g	さつま揚げ	10 g
系かつお	1 g	じゃがいも	25 g	えのきたけ	8 g
さとう	0.5 g	塩	0.6 g	土しょうが	1 g
濃口しょうゆ	2 g	こしょう	0.02 g	青ねぎ(八幡産)	5 g
豆腐	30 g	チキンスープ	6 g	薄口しょうゆ	2 g
青ねぎ(八幡産)	5 g	ローリエ	0.01 g	濃口しょうゆ	2 g
油揚げ	5 g	水	50 g	けずりぶし	2 g
たまねぎ	20 g			煮干し	1 g
にんじん	10 g			水	100 g
八幡のみそ	9 g			片栗粉	1 g
八幡の白みそ	3 g				
けずりぶし	2 g				
水	100 g				

毎週金曜日はパンになります。第二金曜日のみ、米飯になります。給食のお米は八幡でとれた「ヒノヒカリ」を使っています。

月1回「八幡食育の日献立」として、地元の食材を取り入れた和食の献立を実施していく予定です。

地産地消として、八幡の野菜を使っています。八幡産の野菜は、〇〇(八幡産)と記載しています。

学校給食摂取基準は、厚生労働省が定める「日本人の食事摂取基準」と文部科学省が行う「児童・生徒の食生活等の実態調査」「食事状況調査」等の結果を勘案し、児童・生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものです。ご家庭でも朝・夕で適度な量をしっかり食べるよう心がけてください。

魚には骨があるので
気を付けましょう!

八幡産の「たけのこ」を使った「たけのこご飯」です。