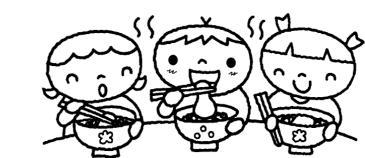


令和2年度 1月分 学校給食予定献立表



				御殿場市立西学校給食センター		20 — 20
	ールだて	おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	<u>御殿場巾立四子校稲良センター</u> おもにエネルギーの	0550-8 栄養	59 <i>— 292</i> 養価
曜日	こんだて	もとになる食べ物	もとになる食べ物	もとになる食べ物	小学校	中学校
	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	-	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			675	818
6	肉じゃが	ぶたにく・さつまあげ	にんじん・たまねぎ・しらたき・さやえんどう	あぶら・じゃがいも・さとう	15	14
	きんぴら肉団子	とりにく・ぶたにく	ごぼう・たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが	ごま・さとう・あぶら	25	23
	おかかたくあん	かつおぶし。これで、	たくあん	ごまあぶら	2.7	3.1
水					-	
Ž	背割りロールパン			パン		
	ソーセージ ケチャップソースがけ		 	さとう	652	846
					-	
7	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			16	16
	えだまめとコーンのソテー		あかピーマン・えだまめ・とうもろこし	あぶら	44	40
	白花豆のポタージュ	ベーコン・だっしふんにゅう ぎゅうにゅう・なまクリーム	 たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・あぶら・ルウ	2.5	3.4
		しろはなまめ			-	
木						
			お正月こんだて			P×4
	ごてんばコシヒカリごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			659	815
8	沼津産まだいのみそ漬け焼き	まだい・みそ		さとう	19	18
	にんじんしりしり	まぐろあぶらづけ・たまご	 にんじん	あぶら	28	25
	白玉雑煮	とりにく	にんじん・だいこん・しいたけ	しらたまもち・さといも・あぶら	1.2	1.5
~			12/00/0 7/2012/0 001/21/		1. <u>C</u> 	1.0
金	A 1/2 \ 1			1,000		
	角食パン			パン	-	
	ブルーベリージャム			ブルーベリージャム 	643	762
12	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			13	13
	ラビオリのトマト煮	ベーコン・とりにく・ぶたにく	たまねぎ・キャベツ・にんじん・セロリ・パセリ マッシュルーム・にんにく・トマト	こむぎこ・パンこ・さとう・あぶら	33	32
	カレーポテトフライ			じゃがいも・あぶら	2.5	3.3
\						0.0
火	いちごのクレース		One.	いちごのクレープ		
	ごてんばコシヒカリごはん	<u></u>		<u>こめ</u>	-	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 	~ 0.7×		692	857
13	さばのおろしそ風味	さば	だいこん	ドレッシング	16	15
	ひじきと大豆の炒め煮	ひじき・だいず・とりにく	にんじん・さやえんどう	さとう・ごまあぶら	36	33
	豚汁	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ	にんじん・たまねぎ・ねぶかねぎ・ごぼう	さといも・あぶら	2.2	2.5
っレ		みそ 	こんにゃく		-	
水				— 14		
	ごてんばコシヒカリごはん			こめ	-	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			673	815
14	豚キムチ	ぶたにく	しょうが・たまねぎ・にんじん・はくさいキムチ にら・キャベツ	あぶら	15	15
	チヂミ	おから	にんじん・たまねぎ・にら・にんにく	こめこ・じゃがいも・でんぷん・さとう	29	26
		-		・あらら	-	
	はるさめスープ	とりにく	もやし・にんじん・チンゲンサイ・たけのこ 	はるさめ・あぶら	3.2	3.8
木						
	メロンパン			メロンパン	<u> </u>	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			682	823
15	ツナマヨオムレツ	たまご・まぐろあぶらづけ		さとう・でんぷん・あぶら	15	15
	いんげんとコーンのソテー	ウィンナー	さやいんげん・にんじん・とうもろこし		35	34
	ポトフ	とりにく	だいこん・にんじん・キャベツ	じゃがいも・あぶら	2.6	3.2
金		にゅうさんきんいんりょう				
717		[CW JC/02/00/1/09 & J		\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \		
	ソフトめん	<u> </u>		ソフトめん	-	
	ミートソース	ぶたにく・こなチーズ	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・パセリ マッシュルーム・トマト	こむぎこ・さとう・バター・あぶら	658	801
18	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	<u> </u>		16	16
	もやしのガーリックソテー	ベーコン		 オリーブゆ	32	30
	カリカリ大豆	だいず		でんぷん・あぶら	2.3	2.9
口	10 11 1/\sigma \frac{1}{2}	\(\tau^{\tau}\)		C'101010 0 11010 12	ر کے ا	۷.٤
<u>月</u> つ					7 .00 ~	m (
<u>ئ</u>	\$ Q \$ Q \$ Q \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$ \$	※※※ ふじのくに地産	を地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) ※※※ 「		<u>।</u> বি ১৯৫০)) L
	ごてんばコシヒカリごはん			<u>こめ</u>	-	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			677	81
		·	キャベツ・ピーマン・あかピーマン・にんにく		1 40	16
10		ぶたにく・みそ	l a	あぶら・さとう	16	10
19	ホイコーロー おこげを スープに 入れて、		しょうが		_	
19	ホイコーロー 中華おこげスープ たべてね!	とりにく	l a	あぶら・さとうあぶら・でんぷん・もちごめ	25	
19	ホイコーロー おこげを スープに 入れて、		しょうが はくさい・もやし・にんじん・チンゲンサイ		_	23

	こんだて	おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーの		:養価
		もとになる食べ物	もとになる食べ物 ごてんばこめこの日	もとになる食べ物 (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4)	小学校	
	コシヒカリごはん			こめ		
ぎゅうにゅ	カ う	 ぎゅうにゅう			651	8
とりの唐揚	小1値 ├	とりにく		でんぷん・こむぎこ・あぶら	15	1
切干大根の)	さつまあげ	きりぼしだいこん・にんじん・しいたけ・さやいんげん		32	3
		とうふ・あぶらあげ・わかめ		wisib CCb		
豆腐と白菜	光のみて汗 	みそ	はくさい・ねぶかねぎ 		2.5	2
	0 1 \(^2\)			1,00		
丸型横割り				パン パンこ・こむぎこ・タルタルソース		
ホキのファ	ライ/タルタルソース	木丰 		あぶら	606	7
ぎゅうにゅ	ゆう	ぎゅうにゅう			17	
ブロッコリ-	ーとウィンナーのソテー	ウィンナー	にんじん・ブロッコリー	オリーブゆ	38	
ぱかぽか野	野菜スープ	とりにく	だいこん・にんじん・キャベツ・さやいんげん しょうが	あぶら	2.9	
かんきつも				かんきつゼリー		
かつどん	<u>د ک</u>	8		1370C J E J		
				 - ル	000	
	ボコシヒカリごはん 			こめ パンこ・でんぷん・だいずこ・あぶら	636	-
・とんかこ	つ・玉子とじ	ぶたにく・たまご	たまねぎ・にんじん・さやえんどう	さとう	14	
ぎゅうにゅ	ゅう	ぎゅうにゅう			28	
すまし汁		とうふ・かまぼこ	にんじん・しめじ・みつば	151	1.7	
お米のムー	- Z			おこめのムース		
			学校給食週間(24日~30日)			
û [⊕] [⊕] [⊕]] Do O D D D	明治	22年(給食が始まったころ)の給食	↑ + + + + + + + + + + + + + + + + + + +		<u>-</u>
麦ごはん				こめ・むぎ		
ぎゅうにゅ	ゅう	ぎゅうにゅう			613	
さけの塩焼	売き 	さけ	Comme de la comme		18	
野沢菜漬に	ナ		のざわな	ごま・ごまあぶら	26	
さつまいも	5のみそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ	たまねぎ・こまつな・ねぶかねぎ	さつまいも	2.6	
黒糖入り角	角食パン			パン・こくとう		
ぎゅうにゅ	かう	ぎゅうにゅう			675	
チンゲンţ	ナイのクリーム煮	こなチーズ・ぎゅうにゅう だっしふんにゅう・とりにく なまクリーム	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・とうもろこし マッシュルーム	あぶら・ルウ	16	
富士山コロ		ぶたにく・とりにく	たまねぎ	じゃがいも・さとう・パンこ・こむぎこ・と うもろこしこ・でんぷん・あぶら	35	
	ココロソテー	ハム	 えだまめ・きピーマン・あかピーマン	あぶら	2.4	
りんご		/ \Z	りんご	ر اداری	 ¬	
] Do t		1970 C			
ロールパン				パン		<u>의</u>
	さゆつにゆ				C77	
いちごジャ	にゅうのも	iとを		いちごジャム	677	
コーヒーぎ	ゆ.) にゆ.)			コーヒーぎゅうにゅうのもと	16	
	カノルウェー風	とりにく・くじら (ア)	たまねぎ・しょうが・にんにく 	みずあめ・さとう・でんぷん・あぶら	32	
こふきいも	5		パセリ	じゃがいも	2.7	
白菜のスー	ープ	ウィンナー	はくさい・にんじん・えのきたけ・パセリ	あぶら		
ごてんばこ	コシヒカリごはん			こめ		
ぎゅうにゅ	 かう	ぎゅうにゅう			613	
揚げ出し豆	豆腐の肉みそがけ	とうふ・とりにく・みそ	しょうが・はねぎ	でんぷん・あぶら・さとう	16	
つきこんに	こゃくの炒り煮	ぶたにく	こんにゃく・にんじん・ごぼう・さやいんげん	あぶら・さとう・ごまあぶら	27	
かきたま汁	+			でんぷん	2.6	
	elois olsolts	9099	ごてんばこめこカレーの日	0100101010010		380
こてんばこ	コシヒカリごはん			こめ		
ごてんばこ	こめこカレー	ぶたにく	にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ グリンピース	オリーブゆ・じゃがいも・こめこルウ	581	
		- 	- 		11	
小水 ノハ	D) /=	ベーコン	キャベツ・とうもろこし・さやいんげん	オリーブゆ	23	
キャベツの	クソナー	_			17	
				とうにゅうプリンタルト	1.7	
キャベツの豆乳プリン		があります。		とうにゅうプリンタルト エネルギー(kcal)	650	
キャベツの豆乳プリンのことでは、一気乳プリンの食品以外に	ン タルト 内容を変更させていただく場合	があります。 アレルギー食材の確認など詳細につきまして			650 13~20 20~30	

| 施良週间にめわせて、「月は特別触りせいればした。

①明治22年頃の献立

(学校給食が始まった頃の献立を再現)

②昭和30~50年頃の献立

③希望献立

※小学校6年生、中学校3年生に希望料理のアンケートをとりました。 ※献立表の**太字**になっているものが希望献立です。

予算や調理工程を考慮し、アンケート結果の中からいくつかを取り入れ ました。

今回叶えられなかったものも可能であれば、来月以降にも取り入れて いきますので、お楽しみに♪





