平成30年度

7月分予定献立表

岩根
岩出市学校給食共同調理場

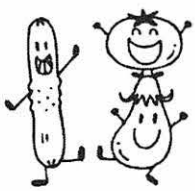
月	火	水	木	金
2 ○ 牛乳 □ パン **なすいりペンネのボロネーゼ** □ ペンネ　ケチャップ ○ ぶたにく　トマトピューレ ○ とりにく　デミグラスソース ☆ たまねぎ　しょうゆ ☆ にんじん　コンソメ ☆ セロリ　こしょう ☆ なす　○ こなチーズ **かぼちゃサラダ** ☆ かぼちゃ　☆ にんじん ☆ たまねぎ　□ じゃがいも ☆ きゅうり　○ ハム □ ※マヨネーズクラス1ほん 707kcal	**3** さかなのほねにちゅういしましょう ○ ヨーグルト □ ごはん **こまつなのみそしる** ○ とうふ　☆ えのきたけ ○ あぶらあげ　☆ にんじん ☆ こまつな　○ みそ ☆ たまねぎ　だしパック **さんまのかばやき** ○ さんま　さけ ☆ ねぎ　みりん ☆ しょうが　さとう しょうゆ　かたくりこ 577kcal	**4** ○ 牛乳 **ぶたどん** □ ごはん　☆ しょうが ○ ぶたにく　□ ふ ○ かまぼこ　さとう ☆ たまねぎ　しょうゆ ☆ ねぎ　さけ ☆ こんにゃく　みりん ☆ とうもろこし 639kcal	**5** ○ 牛乳 □ こくとうパン **たなばたスープ** ○ とりにく　☆ たまねぎ ○ とうふ　☆ いんげん □ ビーフン　☆ くろあわびたけ ☆ だいこん　さけ ☆ にんじん　ちゅうかだし ☆ オクラ　こしょう ☆ しょうが ○ ※ハムカツ □ ※あおりんごゼリー 736kcal	**6** ○ 牛乳 □ ごはん □ ※さけふりかけ **やさいのうまに** ○ とりにく　☆ いんげん ○ こうやどうふ　☆ こんにゃく ○ ひらてん　さとう □ じゃがいも　しょうゆ ☆ だいこん　さけ ☆ にんじん　みりん **ピリからもやし** ○ ハム　さとう ☆ もやし　しょうゆ ☆ きゅうり　す ☆ コーン　トウバンジャン □ ごま　□ ごまあぶら 641kcal
9 ○ 牛乳 □ パン **かぼちゃポタージュ** ○ ベーコン　☆ にんじん ☆ かぼちゃ　○ ぎゅうにゅう ☆ たまねぎ　コンソメ ☆ しめじ　ポタージュルウ **かみかみあまずサラダ** ○ いか　□ ごま ○ ツナ　□ ごまあぶら ☆ きりぼしだいこん　しょうゆ ☆ キャベツ　さとう ☆ きゅうり　す ☆ コーン 637cal	**10** さかなのほねにちゅういしましょう ○ 牛乳 □ ※わかめごはん **きしゅうじる** ○ とうふ　☆ たまねぎ ○ かまぼこ　☆ ごぼう ○ わかめ　☆ うめ ☆ だいこん　しょうゆ ☆ えのきたけ　みりん ☆ にんじん　だしパック ○ さばのしおやき 638kcal	**11** ○ 牛乳 □ ごはん **じゃがぶたキムチ** ○ ぶたにく　☆ しょうが □ じゃがいも　しょうゆ ☆ たまねぎ　さとう ☆ にんじん　さけ ☆ こんにゃく　みりん ☆ にら　□ ごまあぶら ☆ はくさいキムチ ○ ※バーグピカタ 637kcal	**12** ○ 牛乳 □ ロールパン(2こいり) □ ひやしうどん **キャベツとささみのごまずあえ** ○ とりにく　す ☆ きゅうり　さとう ☆ キャベツ　しょうゆ ☆ コーン　しお □ ごま　□ ごまあぶら ○ ※ちゅうかメンチカツ ※めんつゆクラス2ほん 759kcal	**13** ○ 牛乳 □ ごはん **ひじきのごもくに** ○ とりにく　☆ こんにゃく ○ ひじき　☆ いんげん ○ あぶらあげ　しょうゆ ○ だいず　さとう ○ ひらてん　さけ ☆ だいこん　みりん ☆ にんじん **※ハンバーグ(わふうきのこソース)** ○ ※ハンバーグ　さとう ☆ えのきたけ　みりん しょうゆ　かたくりこ 679kcal
16 うみひ 海の日 	**17** ○ 牛乳 □ ごはん □ ※うめしそふりかけ **とうがんのすましじる** ○ とうふ　☆ にんじん ☆ とうがん　しょうゆ ☆ みずな　しお ☆ もやし　だしパック ☆ しめじ ○ ※ぎゅうにくコロッケ 622kcal	**18** ○ 牛乳 **ピリからにくみそどん** □ ごはん　☆ しょうが ○ ぶたにく　□ ごまあぶら ○ とりにく　○ みそ ○ たまご　さとう ○ こうやどうふ　しょうゆ ☆ たまねぎ　さけ ☆ にんじん　みりん ☆ ピーマン　トウバンジャン **こまつなのじゃこあえ** ○ ちりめんじゃこ　□ ごま ☆ こまつな　ごまあえのもと ☆ キャベツ　しょうゆ ☆ もやし 687kcal	**19** きゅうしょくは、ありません 	**20** ○ ※ジョア **いわでっこカレーライス** □ ごはん　☆ にんじん □ じゃがいも　カレールウ ○ とりにく　ウスターソース ☆ たまねぎ　コンソメ ☆ ねごろおおとう **フルーツポンチ** □ ゼリー　☆ パイン ○ かんてん　☆ みかん 678kcal

夏野菜(なつやさい)をたべよう！

やさいは、しゅんのじきにいちばんえいようかがたかく、ふしぎとそのじきにからだにひつようなえいようそがつまっています。
なつやさいには、すいぶんやカリウムをほうふにふくんでいるものがおおく、からだにこもったねつをからだのなかからクールダウンしてくれます。トマトやキュウリなど、なまでたべられるものもおおいので、なつにふそくしがちなえいようそをかんたんにほきゅうできるのがなつやさいのちょうしょです。
なつやさいをたべて、あつさにまけないからだづくりをしましょう。

9月分予定献立表

3(月)
○ 牛乳
□ パン
フルーツポンチ
□ ゼリー　☆ パイン
○ かんてん　☆ みかん
ツナサラダ
○ ツナ　す
☆ キャベツ　しょうゆ
☆ きゅうり　さとう
☆ にんじん　しお
☆ コーン　□ ごまあぶら
※ハムソテー(ケチャップソース)
○ ※ハムソテー　さとう
ケチャップ　しょうゆ
トマトピューレ　かたくりこ
669kcal



きゅうしょくにしようしているなつやさい

「かぼちゃ」「なす」「とうがん」「きゅうり」
「ピーマン」「ねごろおうとう」「とうもろこし」

□・・き（ねつやちからのもとになる）　○・・あか（ち、にく、ほねをつくる）　☆・・みどり（からだのちょうしをととのえる）

＊ 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
＊ 7月分の給食費引き落としは、8月10日（金）になりますので、よろしくお願いします。
＊ 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

平成 30 年度　　7 月分アレルギー表　　岩根

岩出市学校給食共同調理場

日	曜	献　立　名	
2	月	パン　牛乳 なす入りペンネのボロネーゼ かぼちゃサラダ（マヨネーズクラス1本）	パン（小麦　大豆　乳） なす入りペンネのボロネーゼ｛ペンネ（小麦）　鶏　豚　粉チーズ（乳）　調味料（小麦　大豆　牛　豚　鶏）｝ かぼちゃサラダ｛ハム（卵　乳　豚　大豆）｝　マヨネーズ（卵　大豆　りんご）
3	火	ごはん　ヨーグルト 小松菜のみそ汁 さんまのかば焼き	ヨーグルト（乳　ゼラチン） 小松菜のみそ汁｛油揚げ（大豆）　豆腐（大豆）　調味料（大豆　さば）｝ さんまのかば焼き｛調味料（小麦　大豆）｝
4	水	豚丼　牛乳 とうもろこし	豚丼｛豚　麩（小麦）　調味料（小麦　大豆）｝
5	木	黒糖パン　牛乳 七夕スープ ハムカツ　青りんごゼリー	黒糖パン（小麦　大豆　乳） 七夕スープ｛鶏　豆腐（大豆）　調味料（小麦　大豆　鶏　豚　ごま）｝ ハムカツ（鶏　豚　小麦　大豆　乳）　青りんごゼリー（りんご）
6	金	ごはん　さけふりかけ　牛乳 野菜のうま煮 ピリ辛もやし	さけふりかけ（ごま　小麦　大豆　乳　さけ） 野菜のうま煮｛鶏　高野豆腐（大豆）　調味料（小麦　大豆）｝ ピリ辛もやし｛ハム（卵　乳　豚　大豆）　ごま　調味料（小麦　大豆　ごま）｝
9	月	パン　牛乳 かぼちゃポタージュ かみかみ甘酢サラダ	パン（小麦　大豆　乳） かぼちゃポタージュ｛ベーコン（卵　乳　豚　大豆）　牛乳（乳）　調味料（小麦　乳　大豆　豚　鶏）｝ かみかみ甘酢サラダ｛ツナ（大豆）　いか　ごま　調味料（小麦　大豆　ごま）｝
10	火	わかめごはん　牛乳 紀州汁 さばの塩焼き	わかめごはん（無） 紀州汁｛豆腐（大豆）　調味料（小麦　大豆　さば）｝ さばの塩焼き（さば）
11	水	ごはん　牛乳 じゃが豚キムチ バーグピカタ	じゃが豚キムチ｛豚　キムチ（りんご　小麦　大豆　さば）　調味料（小麦　大豆　ごま）｝ バーグピカタ（小麦　卵　乳　牛　大豆　鶏　豚）
12	木	ロールパン（2個）　牛乳 冷やしうどん（めんつゆクラス2本）　キャベツとささみのごまずあえ 中華メンチカツ	ロールパン（小麦　大豆　乳） 冷やしうどん｛うどん（小麦）｝　めんつゆ（小麦　大豆）　キャベツとささみのごまずあえ｛鶏　ごま　調味料（小麦　大豆　ごま）｝ 中華メンチカツ（小麦　乳　ごま　大豆　鶏　豚）
13	金	ごはん　牛乳 ひじきの五目煮 ハンバーグ（和風きのこソース）	ひじきの五目煮｛鶏　油揚げ（大豆）　大豆　調味料（小麦　大豆）｝ ハンバーグ｛ハンバーグ（鶏　豚　大豆　小麦）　調味料（小麦　大豆）｝
17	火	ごはん　梅しそふりかけ　牛乳 冬瓜のすまし汁 牛肉コロッケ	梅しそふりかけ（ごま　小麦　大豆　乳　卵　ゼラチン） 冬瓜のすまし汁｛豆腐（大豆）　調味料（小麦　大豆　さば）｝ 牛肉コロッケ（大豆　牛　小麦　乳）
18	水	ピリ辛肉みそ丼　牛乳 小松菜のじゃこあえ	ピリ辛肉みそ丼｛鶏　豚　卵　高野豆腐（大豆）　調味料（小麦　大豆　ごま）｝ 小松菜のじゃこあえ｛ちりめんじゃこ（えび　かに　いか）　ごま　調味料（小麦　大豆　ごま）｝
20	金	岩出っこカレーライス　ジョア フルーツポンチ	岩出っこカレーライス｛鶏　調味料（小麦　大豆　豚　鶏　りんご）｝　ジョア（乳） フルーツポンチ｛ゼリー（大豆　もも　りんご）｝

9月分アレルギー表　　＊９月の給食初日のアレルギーを記載しています。

3	月	パン　牛乳 フルーツポンチ ツナサラダ　ハムソテー（ケチャップソース）	パン（小麦　大豆　乳） フルーツポンチ｛ゼリー（大豆　もも　りんご）｝ ツナサラダ｛ツナ（大豆）　調味料（小麦　大豆　ごま）｝　ハムソテー｛ハム（豚　鶏）　調味料（小麦　大豆）｝

アレルギー物質を含む食品の表示（対象原材料27品目）を基本に表示しています。

卵　乳　小麦　そば　落花生　あわび　いか　いくら　えび　オレンジ　かに　キウイ　牛肉　くるみ
さけ　さば　大豆　鶏肉　豚肉　まつたけ　もも　やまいも　りんご　ゼラチン　バナナ　ごま　カシューナッツ

＊牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。
＊（無）・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。
＊コンタミネーション（原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等）については記載しておりません。
＊一部　商品名を載せています。