

# 7月分予定献立表

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
<b>ごはん</b> <b>○※ふりかけ(せとろみ)</b> <b>とうふとごまつなのみせしる</b> ○とうふ ☆たまねぎ ○あぶらあげ ☆にんじん ○ふ ☆みそ ☆ごまつな だしパック <b>さばのうめごみかけ</b> ○さば しょうゆ ☆うめ さとう ☆ねぎ みりん ○みそ さけ 692kcal	<b>パン</b> <b>○※マーシャルピンズ</b> <b>やさいスープ</b> ○とりにく ☆にんじん ☆キャベツ ☆しめじ ☆だいこん コンソメ ☆たまねぎ こしょう ☆もやし <b>○※マヨたまハムカツ</b> 690kcal	<b>マーボーどん</b> ○ごはん ○みそ ○ぶたにく さとう ○とりにく しょうゆ ○とうふ トウバンジャン ☆たまねぎ テンメンジャン ☆ねぎ ちゅうかだし ☆しいたけ かたくりこ ☆しょうが <b>★とうもろこし</b>  655kcal	<b>カレーライス</b> ○ごはん ウスターソース ○じゃがいも コンソメ ○とりにく カレーこ ☆たまねぎ ガーリック ☆にんじん こしょう カレールウ <b>たなばたポンチ</b> ○ゼリー ☆パイナップル ○かんでん ☆みかん ☆ナタデココ 683kcal	<b>パン</b> <b>○※いちごミックスジャム</b> <b>タイピーン</b> ○ぶたにく ☆いんげん ○いか ☆にんじん ○うずらたまご ☆しょうが ○ほろさめ さけ ☆はくさい ちゅうかだし ☆たまねぎ こしょう <b>※ハンバーグ(デミグラスソース)</b> ○※ハンバーグ トマトピューレ ☆たまねぎ ウスターソース デミグラスソース さとう ケチャップ 657kcal
10	11	12	13	14
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
<b>○※わかめごはん</b> <b>なつやさいのみせしる</b> ○とうふ ☆ごんにゃく ○あぶらあげ ☆ねぎ ☆かぼちゃ ○ふ ☆なすび ○みそ ☆たまねぎ だしパック <b>○※すきやきふうフライ</b>  657kcal	<b>○こくとうパン</b> <b>○ひやしうどんツナサラダ</b> ○うどん ☆コーン ○ツナ さとう ☆キャベツ す ☆もやし しょうゆ ☆きゅうり しお ☆にんじん <b>※ぐたくさんオムレツ(ケチャップソース)</b> ○※オムレツ さとう ケチャップ しょうゆ トマトピューレ かたくりこ <b>※めんつゆクラス2日分</b> 710kcal	<b>○ごはん</b> <b>○※つくだに(まぐろこんぶ)</b> <b>とうがんじり</b> ☆とうがん ○ふ ☆にんじん ○あぶらあげ ☆みずな しょうゆ ☆ごぼう みりん ☆えのきたけ だしパック <b>※あげどうふのにくみそかけ</b> ○※あげどうふ さけ ○とりにく しょうゆ ○ぶたにく みりん ○みそ かたくりこ さとう 640kcal	<b>○ごはん</b> <b>ちくげんに</b> ○とりにく ☆いんげん ○ちくわ さとう ○じゃがいも しょうゆ ☆にんじん みりん ☆ごぼう さけ ☆ごんにゃく ○ごまあぶら <b>○※いそのかおりフライ</b> 698kcal	<b>パン</b> <b>いわてっこカレーシチュー</b> ○とりにく カレールウ ○マカロニ トマトピューレ ☆たまねぎ ウスターソース ☆かぼちゃ コンソメ ☆なすび ガーリック ☆ねごろおとう こしょう <b>ザワーキャベツ</b> ☆キャベツ さとう ☆きゅうり しお ☆コーン す ○ごま しょうゆ 637kcal
17	18	19	20	
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	
うみ 海の日  650kcal	<b>パン</b> <b>○※マーマレード</b> <b>ペンネのボロネーゼ</b> ○ペンネ トマトピューレ ○とりにく デミグラスソース ○ぶたにく しょうゆ ☆たまねぎ コンソメ ☆にんじん こしょう ☆ねごろおとう ○こなチーズ ケチャップ <b>ごんにゃくとかいそうのサラダ</b> ○かいそう ☆コーン ☆ごんにゃく しそドレッシング ☆きゅうり 669kcal	きゅうしよくは、ありません  646kcal	<b>こうやどうふのそぼろどん</b> ○ごはん ☆しいたけ ○とりにく ☆きりぼしだいこん ○ぶたにく ☆しょうが ○こうやどうふ しょうゆ ☆にんじん みりん ☆たまねぎ さとう ☆いんげん ○ごまあぶら <b>ごまおかつあえ</b> ☆ごまつな ○ごま ☆キャベツ しょうゆ ☆もやし す ○ごんぶ さとう ○かつおぶし ○ごまあぶら 646kcal	 646kcal



たなばた せうじしよく おまがわみた た  
 七夕の行事食といえ、天の川に見立てて食べられる「そうめん」が  
 あります。暑い夏に涼やかなそうめんはピッタリの食べ物ですね。旬の  
 なつやさい にくさかなたれ じよく しよひん くあ た  
 夏野菜や、肉・魚・卵などのたんぱく質を含む食品と組み合わせる  
 と、栄養のバランスがよくなり、オススメです。



でんとうせき しよほう づく ての  
 伝統的な手法で作る「手延べそうめん」は、小麦粉に塩水を加えて練った生地を、油  
 などをつけてよりをかけながら細く長く伸ばし、乾燥、熟成させたものです。奈良県の「三  
 輪そうめん」、兵庫県の「播州そうめん」、香川県の「小豆島そうめん」など、各地でご当  
 地そうめんが作られています。

## 9月分予定献立表

1 (金)
○牛乳
<b>○こくとうパン</b> <b>フルーツポンチ</b> ○ゼリー ☆パイナップル ○かんでん ☆みかん <b>やさいサラダ</b> ○ハム ☆コーン ☆キャベツ ☆もやし ☆クレソン <b>○※しょうまい(2コ)</b> <b>○※ドレッシングクラス1日分</b> 650kcal

## いろいろな“めん”


**そば**  
 そば粉を使用したもの



**中華めん**  
 小麦粉に“かんすい”を  
 加えて、独特のコシや  
 風味を出したもの



**スパゲッティ**  
 主にデュラム・  
 セモリナという種類  
 の小麦粉が原料



**ソフトめん**  
 「ソフトスパゲッティ式」  
 小麦粉が原料



**米粉めん**  
 米粉が原料、台湾の  
 ビーフン、ベトナムの  
 フォーもこの仲間



□・・・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(木)になりますので、よろしくお願ひします。  
 \* 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 29 年度

7 月分アレルギー表

山

岩出市学校給食共同調理場

日 曜	献 立 名	
3 月	ごはん ふりかけ(瀬戸風味) 牛乳 豆腐と小松菜のみそ汁 さばの梅香味かけ	ふりかけ(ごま 小麦 えび 大豆 卵) 豆腐と小松菜のみそ汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)] さばの梅香味かけ[さば 調味料(大豆 小麦)]
4 火	パン マーシャルピンズ 牛乳 野菜スープ マヨたまハムカツ	パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(乳 大豆) 野菜スープ[鶏 調味料(鶏 豚 小麦 大豆)] マヨたまハムカツ(卵 乳 小麦 大豆 鶏 豚 りんご ゼラチン)
5 水	マーボー丼 牛乳 とうもろこし	マーボー丼[鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] とうもろこし(無)
6 木	カレーライス 牛乳 七夕ポンチ	カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 りんご)] 七夕ポンチ(無)
7 金	パン いちごミックスジャム 牛乳 タイピーエン ハンバーグ(デミグラスソース)	パン(小麦 大豆 乳) いちごミックスジャム(りんご) タイピーエン[豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] ハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 小麦 大豆) 調味料(小麦 牛 豚 大豆 りんご)]
10 月	わかめごはん 牛乳 夏野菜のみそ汁 すき焼き風フライ	わかめごはん(無) 夏野菜のみそ汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)] すき焼き風フライ(大豆 牛 小麦 ゼラチン 鶏 豚)
11 火	黒糖パン 牛乳 冷やしうどんツナサラダ(めんつゆクラス2本) 具だくさんオムレツ(ケチャップソース)	黒糖パン(小麦 大豆 乳) 冷やしうどんツナサラダ[うどん(小麦) ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆)] めんつゆ(小麦 大豆) 具だくさんオムレツ[具だくさんオムレツ(卵 乳 鶏 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)]
12 水	ごはん 佃煮(まぐろ昆布) 牛乳 冬瓜汁 揚げ豆腐の肉みそかけ	ごはん(小麦 大豆) 冬瓜汁[油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆 さば)] 揚げ豆腐の肉みそかけ[揚げ出し豆腐(大豆、ゼラチン 小麦) 鶏 豚 調味料(小麦 大豆)]
13 木	ごはん 筑前煮 磯の香フライ	筑前煮[鶏 調味料(小麦 大豆 ごま)] 磯の香フライ(いか 大豆 卵 乳 小麦)
14 金	パン 岩出っこカレーシチュー サワーキャベツ	パン(小麦 大豆 乳) 岩出っこカレーシチュー[鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 りんご)] サワーキャベツ[ごま 調味料(小麦 大豆)]
18 火	パン マーメレード 牛乳 ペンネのポロネーゼ こんにゃくと海藻のサラダ	パン(小麦 大豆 乳) マーメレード(無) ペンネのポロネーゼ[ペンネ(小麦) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 牛 大豆 豚 鶏)] こんにゃくと海藻のサラダ[調味料(小麦 大豆)]
20 木	高野豆腐のそぼろ丼 牛乳 ごまおかかあえ	高野豆腐のそぼろ丼[鶏 豚 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)] ごまおかかあえ[昆布(小麦 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]

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。

1 金	黒糖パン 牛乳 フルーツポンチ 野菜サラダ(ドレッシングクラス1本) しゅうまい(2個)	黒糖パン(小麦 大豆 乳) フルーツポンチ[ゼリー(りんご)] 野菜サラダ[ハム(卵 乳 豚 大豆)] ドレッシング(小麦 大豆 りんご 豚) しゅうまい(卵 鶏 小麦 豚 乳 大豆 ごま)
-----	--	---

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。

\* 一部 商品名を載せています。