

平成30年度 4月 帝塚山学院小学校 予定献立表

1年生 給食開始

| 日・曜           | 10日(火)              |     |   | 11日(水)  |  |  | 12日(木)                                 |      |   | 13日(金)                                   |     |   | 16日(月)                               |      |   | 17日(火)                            |      |   | 18日(水)   |     |   |
|---------------|---------------------|-----|---|---|--|--|--|------|---|--|-----|---|--------------------------------------|------|---|-----------------------------------|------|---|--|-----|---|
| 献立名           | ハヤシライス<br>サラダ<br>牛乳 |     |   | お弁当の日<br>(お弁当を持参してください)   |  |  | チキンライス<br>卵スープ<br>わかめときゅうりの海藻サラダ<br>牛乳 |      |   | ごはん<br>石垣フライ<br>じゃこピーマン<br>にゅうめん<br>牛乳もち |     |   | ビーフカレー<br>コールスローサラダ<br>牛乳<br>ミニフィッシュ |      |   | ごはん<br>鶏のから揚げ<br>キャベツのごま和え<br>みそ汁 |      |   | ごはん<br>鯖のみぞれがけ<br>厚揚げと野菜のそぼろ煮<br>長いもと小松菜のかきたま汁<br>毎日骨太ベビーチーズ |     |   |
| 材料名および使用量 (g) | 精白米                 | 75  | 黄 |  |  |  | 精白米                                    | 65   | 黄 | 精白米                                      | 65  | 黄 | * 牛肉                                 | 38   | 赤 | 精白米                               | 65   | 黄 | 精白米  | 65  | 黄 |
|               | * 豚肉                | 20  | 赤 |   |  |  | 鶏もも肉                                   | 20   | 赤 | カレー                                      | 1切  | 赤 | 玉ねぎ                                  | 30   | 緑 | 鶏もも肉                              | 75   | 赤 | * さば   | 50  | 赤 |
|               | 玉ねぎ                 | 40  | 緑 |   |  |  | 玉ねぎ                                    | 11   | 緑 | 塩  | 0.7 | 黄 | じゃがいも                                | 20   | 黄 | 酒                                 | 4.5  | 黄 | 塩  | 0.3 | 黄 |
|               | マッシュルーム             | 5   | 緑 |   |  |  | にんじん                                   | 10   | 緑 | * 白ごま                                    | 2.7 | 黄 | にんじん                                 | 15   | 緑 | しょうが                              | 2    | 緑 | 大根おろし  | 20  | 緑 |
|               | にんじん                | 15  | 緑 |   |  |  | しいたけ                                   | 5    | 緑 | * 黒ごま                                    | 2.7 | 黄 | しょうが                                 | 1    | 緑 | にんにく                              | 0.9  | 緑 | みりん  | 2   | 黄 |
|               | * バター               | 5.6 | 黄 |   |  |  | * グリンピース(冷凍)                           | 2    | 緑 | 青のり                                      | 0.1 | 赤 | にんにく                                 | 1    | 緑 | 濃口しょうゆ                            | 3    | 黄 | 薄口しょうゆ   | 4   | 緑 |
|               | 鶏ガラスープの素            | 3.3 | 黄 |   |  |  | サラダ油                                   | 0.5  | 黄 | * パン粉(生)                                 | 9.6 | 黄 | なたね油                                 | 2    | 黄 | かたくり粉                             | 5    | 黄 | ゆず果汁   | 0.7 | 緑 |
|               | * ハヤシルウ             | 20  | 黄 |   |  |  | ケチャップ                                  | 15   | 黄 | * 薄力粉                                    | 3.4 | 黄 | 塩                                    | 0.1  | 黄 | 塩                                 | 0.2  | 黄 | 厚揚げ  | 38  | 赤 |
|               | ケチャップ               | 14  | 黄 |   |  |  | 塩                                      | 0.9  | 黄 | * 卵液                                     | 5.5 | 赤 | こしょう                                 | 0.1  | 赤 | こしょう                              | 0.02 | 赤 | * 豚ひき肉   | 10  | 赤 |
|               | ウスターソース             | 0.5 | 黄 |   |  |  | こしょう                                   | 0.03 | 黄 | なたね油                                     | 5   | 黄 | 鶏ガラスープの素                             | 1.6  | 黄 | なたね油                              | 5    | 黄 | にんじん   | 20  | 緑 |
|               | 砂糖                  | 1   | 黄 |   |  |  | 赤パプリカ                                  | 4    | 緑 | 砂糖                                       | 0.1 | 黄 | * カレールウ                              | 12   | 黄 | キャベツ                              | 24   | 緑 | 玉ねぎ  | 20  | 緑 |
|               | * グリンピース(冷凍)        | 0.9 | 緑 |   |  |  | チンゲンサイ                                 | 10   | 緑 | ピーマン                                     | 24  | 緑 | 精白米                                  | 75   | 黄 | ちくわ                               | 10   | 赤 | じゃがいも  | 30  | 黄 |
|               | 水                   | 110 | 緑 |   |  |  | 玉ねぎ                                    | 10   | 緑 | ちりめんじゃこ                                  | 6   | 赤 | キャベツ                                 | 24   | 緑 | にんじん                              | 10   | 緑 | * ごま油  | 0.5 | 黄 |
|               | レタス                 | 12  | 緑 |   |  |  | * ハム                                   | 3    | 赤 | * ごま油                                    | 0.8 | 黄 | にんじん                                 | 6    | 緑 | * すりごま                            | 1    | 黄 | 砂糖   | 1.7 | 黄 |
|               | * ツナ                | 4.7 | 赤 |   |  |  | しょうが                                   | 3    | 緑 | 砂糖                                       | 0.9 | 黄 | * マヨネーズ                              | 1.6  | 黄 | 砂糖                                | 0.6  | 黄 | 濃口しょうゆ   | 2.8 | 黄 |
|               | じゃがいも               | 15  | 黄 |   |  |  | にんにく                                   | 0.02 | 緑 | 濃口しょうゆ                                   | 1.2 | 黄 | マスタード(練り)                            | 0.2  | 黄 | みりん                               | 0.6  | 黄 | かたくり粉  | 2.5 | 黄 |
|               | トマト                 | 1.4 | 緑 |   |  |  | 鶏ガラスープの素                               | 2    | 黄 | みりん                                      | 1.2 | 黄 | オリーブ油                                | 0.4  | 黄 | かつお昆布だし                           | 1.4  | 黄 | * 長いも  | 15  | 黄 |
|               | ひまわり油               | 1.7 | 黄 |   |  |  | 水                                      | 120  | 黄 | * そうめん(乾)                                | 3.5 | 黄 | 穀物酢                                  | 1    | 黄 | 薄口しょうゆ                            | 1.5  | 黄 | かまぼこ   | 10  | 赤 |
|               | 穀物酢                 | 1   | 緑 |   |  |  | かたくり粉                                  | 3    | 黄 | にんじん                                     | 10  | 緑 | 砂糖                                   | 0.1  | 黄 | 高野豆腐                              | 8    | 赤 | * 卵液   | 20  | 赤 |
|               | 玉ねぎ                 | 0.7 | 緑 |   |  |  | 塩                                      | 0.5  | 黄 | 万能ねぎ                                     | 0.5 | 緑 | 塩                                    | 0.01 | 黄 | じゃがいも                             | 10   | 黄 | えのきたけ  | 5   | 緑 |
|               | にんじん                | 0.2 | 緑 |   |  |  | 砂糖                                     | 2    | 黄 | 油あげ                                      | 3   | 赤 | こしょう                                 | 0.01 | 赤 | こまつな                              | 6    | 緑 | こまつな   | 6   | 緑 |
|               | にんにく                | 0.1 | 緑 |   |  |  | 薄口しょうゆ                                 | 0.8  | 黄 | かつお昆布だし                                  | 120 | 赤 | * 牛乳                                 | 1本   | 赤 | かつお昆布だし                           | 140  | 赤 | かつお昆布だし  | 140 | 赤 |
|               | * りんご               | 1.7 | 緑 |   |  |  | * ごま油                                  | 0.5  | 黄 | 薄口しょうゆ                                   | 1   | 赤 | ミニフィッシュ                              | 1袋   | 赤 | みそ                                | 10   | 赤 | 薄口しょうゆ   | 4   | 赤 |
|               | 塩                   | 0.1 | 黄 |   |  |  | * 卵液                                   | 25   | 赤 | みりん                                      | 2   | 黄 |                                      |      |   |                                   |      |   | * 毎日骨太ベビーチーズ   | 1こ  | 赤 |
|               | 砂糖                  | 0.1 | 黄 |   |  |  | * 白ごま                                  | 2    | 黄 | 塩  | 0.4 | 黄 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               | * ウスターソース           | 0.2 | 黄 |   |  |  | カットわかめ                                 | 2    | 赤 | * 牛乳                                     | 30  | 赤 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               | マスタード(練り)           | 0   | 黄 |   |  |  | * ツナ                                   | 11   | 赤 | かたくり粉                                    | 3.6 | 黄 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               | はちみつ                | 0.1 | 黄 |   |  |  | * きゅうり                                 | 10   | 緑 | 砂糖                                       | 2.7 | 黄 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | サラダ油                                   | 2    | 黄 | きな粉                                      | 15  | 赤 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | 穀物酢                                    | 1.2  | 黄 | 砂糖                                       | 10  | 黄 |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | 濃口しょうゆ                                 | 0.5  | 黄 |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | 塩                                      | 0.2  | 黄 |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | こしょう                                   | 0.02 | 黄 |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  | * 牛乳                                   | 1本   | 赤 |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |
|               |                     |     |   |   |  |  |  |      |   |  |     |   |                                      |      |   |                                   |      |   |  |     |   |

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの      黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの      緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの      \*:アレルギー(卵,2,2,乳,2,2,4,麦,牛,鯖,ツ,豆,豚,芋,リ,ゴ,ハ,ト,グを含む食材)

・献立内容は予定ですので変わることがあります。  
・お弁当を忘れた場合は、パンと野菜ジュースを購入します。1食、1～3年生は371円(税込み)、4～6年生は452円(税込み)を月末に請求させていただきます。  
※購入予定のパンが売り切れの場合は、別のパンとなりますので、代金は上記と異なる場合があります。アレルギー対応はできません。

[illegible]

赤:赤色の食品…体をつくるものになるもの  
黄:黄色の食品…熱や力になるもの  
緑:緑色の食品…体の調子をととのえるもの  
\*:アレルギー(卵・2乳・2麦・生鯖・大豆・豚・羊・リコピ・2グを含む食材)