



7 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



小田原市国府津学校給食共同調理場

ひ	ようび	こんだてめい	おもにエネルギーの もとになるしょくひん (きいろ)	おもにからだをつくる もとになるしょくひん (あか)	おもにからだのちようしを ととのえるしょくひん (みどり)	エネルギー	kcal	ちゅうし など
			しょうゆ・ケチャップ・ちようみりよう・こうしんりようなどは、きさいしてありません。			たんぱくしつ	g	
						ししつ	g	
						えんぶん	g	
1	すい	ぎゅうにゅう (ホットラーメン) うめまるラーメン にらまんじゅう ヨーグルト	ホットラーメン あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく うめなると にらまんじゅう ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ うめぼし はねぎ	634		
						29.9		
						16.6		
						2.9		
2	もく	ぎゅうにゅう ごはん あじのなんばんづけ ぶただいこん	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう あじ ぶたにく	にんじん たまねぎ ピーマン しょうが だいこん いんげん	632		
						24.9		
						19.6		
						1.4		
3	きん	ジョア(プレーン) (むぎいりごはん) なつやさいカレー ベーコンソテー	ごはん むぎ あぶら じゃがいも マーガリン こむぎこ	ジョアプレーン ぶたにく ベーコン	にんにく しょうが なす りんごソース コーン かぼちゃ キャベツ にんじん たまねぎ	610		
						18.1		
						15.5		
						1.6		
6	げつ	ぎゅうにゅう くらパン しろみざかなのフライ ぶたにくのトマトに ラムネゼリー	くらパン じゃがいも パンこ あぶら さとう こむぎこ マーガリン ラムネゼリー	ぎゅうにゅう メルルーサ ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ トマト グリーンピース	682		
						29.6		
						24.4		
						2.4		
7	か	ぎゅうにゅう ごはん  おほしさまのハンバーグ ほしのこめこマカロニスー ★ゆでとうもろこし	ごはん あぶら こめこマカロニ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし	607		★ 3しな こんだて
						19.6		
						16.3		
						1.1		
8	すい	ぎゅうにゅう (ゆでめん) にくなんばんうどん コーンシュウマイ れいとうみかん	ゆでめん さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると コーンしゅうまい	にんじん たまねぎ ほししいたけ ながねぎ こまつな れいとうみかん	608		
						23.2		
						15.5		
						2.2		
9	もく	ぎゅうにゅう ごはん とりにくとじゃがいものチリソース もやしナムル	ごはん あぶら ごま かたくりこ じゃがいも ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ハム わかめ	にんにく しょうが ながねぎ たまねぎ にんじん もやし	647		
						21.4		
						21.0		
						1.7		
10	きん	ぎゅうにゅう (ごはん) プルコギどん ワンタンスー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら ワンタン ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく にくだんご	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン ながねぎ	673		
						27.0		
						21.9		
						1.9		

しょうくちゅうどく 食中毒ってなあに?



「食中毒」というのは、食中毒の原因となるウイルスや細菌、寄生虫などがついた食べ物を食べて腹痛や吐き気、発熱などの症状がおこる病気のことです。特に気温の高い夏場は、細菌による食中毒が多くなります。食中毒を予防するためにも食品の扱い方を知っておきましょう。

① 必ず手を洗う

料理をする前や肉・魚・卵を触ったときはせっけんを使い手を洗う。



② 温度に気を付ける

すぐに食べない食品は冷蔵庫や冷凍庫に保管する。持ち歩く場合は、保冷剤や保冷バックを利用する。



③ 加熱する

加熱が必要な食品は中までしっかりと火を通す。冷めてしまった料理は、再加熱する。



こんげつのおだわらさん

～給食で使用する、地場産物を紹介します～

うめなると・うめぼし・はねぎ・なると
れいとうみかん・たまねぎ



食材料は国と市の補てんにより無償とします。



小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

ひ	ようび	こんだてめい	おもにエネルギーの もとになるしょくひん (きいろ)	おもにからだをつくる もとになるしょくひん (あか)	おもにからだのちようしを ととのえるしょくひん (みどり)	エネルギー たんぱくしつ	kcal	ちゅうし など
			しょうゆ・ケチャップ・ちようみりよう・こうしんりようなどは、きさいしてありません。			ししつ	g	
13	げつ	ぎゅうにゅう (コッペパン) メンチカツバーガー ポトフ	コッペパン あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう メンチカツ ウインナー	にんじん たまねぎ こまつな		607	
							23.1	
							31.3	
							1.8	
14	か	ぎゅうにゅう ごはん とりにくのガーリックやき とろみじる	ごはん あぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ	にんにく たまねぎ にんじん ごぼう ほししいたけ こまつな		600	
							24.9	
							20.3	
							1.2	
15	すい	ぎゅうにゅう (ソフトめん) ツナのトマトソース おんやさい たまねぎドレッシング	ソフトめん あぶら さとう マーガリン こむぎこ たまねぎドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	にんにく たまねぎ にんじん トマト キャベツ コーン		615	
							23.9	
							19.1	
							2.0	
16	もく	ぎゅうにゅう (ごはん) マーボーどうふどん ちゅうかスープ マスカットゼリー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら ごま マスカットゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいずミート みそ どうふ とりにく わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ながねぎ なら		669	
							24.7	
							19.3	
							2.0	

※^{ちゅうがくねん} 小中学生の栄養価を記載しています。

※給食で^{きゅうしょく} 使用されている^{しやう} 新鮮食品(野菜・肉・魚)の^{せいせんしょくひん} 産地を毎日学校へお知らせしています。

※揚げ油は、3回程度使用しています。

【国府津共同調理場】

※物資の都合により、献立が変更になる場合があります。



※アレルギーのある方は、アレルギー確認献立表の表示を見てください。

主食について
主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルギーとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら国府津学校給食共同調理場(48-1862)までご連絡ください。

★市のホームページに給食の写真を掲載しています。

【URL】 https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/edu-ch/education/sl/menu/school_lunch/menu_kozu/

学校給食の衛生管理



※給食ナビは、給食中止日でも献立が掲載されますので、ご承知おきください。

学校給食をつくる時は、食中毒予防のために、衛生管理を徹底して行っています。

清潔な施設、調理器具、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意をはらっています。



清潔な服装



調理員は髪の毛などが料理に入らないように清潔なマスク、帽子、調理服を着用しています。



手洗いの徹底



作業前は、個人専用のつめブラシを使って、つめの間も念入りに洗います。作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使い分け

汚染防止のために、作業内容によってエプロンや手袋、履物などを使い分けています。



適切な温度管理



加熱する際の温度は、90℃90秒を確保するようにしています。中心温度の測定は、3か所以上測定しています。



給食は手作りを基本とし、食材は地産地消・安全性を優先して品質の良いものを使用しています。

