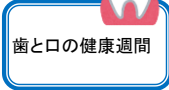


6月 献立予定表(中学校)



小田原市豊川学校給食共同調理場

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー	kcal	中止など
						たんぱく質	g	
醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。						脂質	g	
						塩分	g	
1	月	牛乳 チーズパン ポークシチュー カラフルソテー	チーズパン 油 じゃがいも 砂糖 マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 ベーコン	たまねぎ にんじん コーン キャベツ こまつな	792		
						32.4		
						33.3		
						3.7		
2	火	牛乳 (ごはん) そばろ井 打ち豆汁	ごはん 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 凍り豆腐 豚肉 大豆 みそ	しょうが にんじん たまねぎ コーン いんげん ごぼう こんにゃく だいこん 長ねぎ	767		
						29.9		
						22.0		
						2.5		
3	水	牛乳(ホットラーメン) 梅丸ラーメン コーンしゅうまい カルシウムヨーグルト	ホットラーメン 油	牛乳 豚肉 梅なると コーンしゅうまい ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ 梅干し 葉ねぎ	842		
						35.4		
						21.1		
						3.6		
4	木	牛乳 麦入りごはん マグロカツ こんにゃくのきんぴら	ごはん 麦 油 ごま油 砂糖 ごま	牛乳 マグロカツ 豚肉	ごぼう にんじん つきこんにゃく	757		
						24.5		
						24.4		
						1.7		
5	金	牛乳 ごはん かみかみチキンチキンごぼう なめこのみそ汁	ごはん 油 片栗粉 じゃがいも 砂糖	牛乳 鶏肉 豆腐 みそ	ごぼう にんじん たまねぎ なめこ 葉ねぎ	761		かみかみ献立
						22.6		
						21.9		
						2.3		
8	月	牛乳 米粉ロールパン クリスピーチキン マカロニスープ	米粉ロールパン 油 小麦粉 パン粉 コーンフレーク じゃがいも マカロニ	牛乳 鶏肉 ベーコン	にんじん たまねぎ こまつな	893		
						38.8		
						40.5		
						3.1		
9	火	牛乳(麦入りごはん) タコライス もずくのスープ ★茹でキャベツ	ごはん 麦 油 ごま油	牛乳 豚肉 レバーチップ 大豆ミート 鶏肉 もずく	にんにく にんじん たまねぎ トマト コーン 長ねぎ キャベツ	747		★3品献立
						28.6		
						21.2		
						2.5		
10	水	牛乳 (ゆでめん) わかめうどん 大豆と小魚の甘辛炒め	ゆでめん 片栗粉 じゃがいも 油 砂糖 ごま	牛乳 鶏肉 わかめ 大豆 煮干し	にんじん たまねぎ しめじ 干しいたけ 長ねぎ	821		
						31.6		
						24.4		
						2.6		
11	木	牛乳 ごはん チンジャオロース 豆腐とにらの中華スープ	ごはん 油 砂糖 片栗粉 ごま油	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉 豆腐	にんにく しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン もやし にら	759		
						29.9		
						22.3		
						2.2		
12	金	牛乳 麦入りごはん ハンバーグ下中玉ねぎソース 塩肉じゃが	ごはん 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも	牛乳 ハンバーグ 豚肉	たまねぎ にんにく にんじん いんげん	725		
						26.4		
						18.6		
						1.4		
15	月	牛乳 黒パン ポークビーンズ ベーコンと野菜のソテー	黒パン 油 じゃがいも 砂糖	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン	にんにく たまねぎ コーン にんじん キャベツ	776		
						34.4		
						31.0		
						2.8		
16	火	牛乳 (ごはん) 鶏ごぼうごはん 冬瓜のピリ辛汁	ごはん ごま油 砂糖 油	牛乳 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ 豚肉 みそ 豆腐	しょうが ごぼう にんじん だいこん とうがん にら	799		
						31.0		
						26.8		
						1.9		



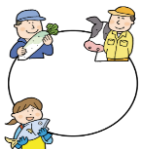
今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～

食材は市からの補てんにより、減額しています。

下中玉ねぎ 葉ねぎ さつま揚げ なた巻き 梅なると

小田原市の学校給食では、平成24年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。



日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー	kcal	中止など	
						たんぱく質	g		
						脂質	g		
醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。						塩分	g		
17	水	牛乳 (ホットラーメン) みそラーメン 焼きパオズ	ホットラーメン 油	牛乳 豚肉 なたと みそ パオパオ	しょうが にんにく にんじん キャベツ 長ねぎ	811			
						38.5			
						20.4			
						3.7			
18	木								
19	金	牛乳 ごはん 豚肉チャプチェ コーンスープ	ごはん ごま油 砂糖 春雨 油 片栗粉	牛乳 豚肉 鶏肉	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ピーマン コーン こまつな	758			
						27.3			
						20.8			
						2.0			
22	月	牛乳 ソフトフランスパン キャベツメンチカツ 鮭ボールのクリーム煮	ソフトフランス 油 じゃがいも マーガリン 小麦粉	牛乳 キャベツメンチカツ 鶏肉 脱脂粉乳 さけボール チーズ	にんじん たまねぎ パセリ	894			
						35.9			
						42.0			
						3.1			
23	火	牛乳 (ごはん) まぜまぜキムタクごはん サムゲタン風スープ ピーチゼリー	ごはん ごま油 砂糖 ごま 玄米 桃ゼリー	牛乳 豚肉 鶏肉	にんじん たまねぎ 白菜キムチ たくあん にらしょうが えのきたけ 長ねぎ	767			
						27.1			
						20.7			
						3.0			
24	水	牛乳 (ソフト麺) カレーうどん 星のコロッケ	ソフトめん 油 コロッケ	牛乳 鶏肉 油揚げ	にんにく たまねぎ にんじん 長ねぎ	920			
						34.0			
						30.4			
						2.5			
25	木	牛乳 麦入りごはん さわらの塩こうじ焼き 五目豆 ★青菜のごま炒め	ごはん 麦 油 砂糖 ごま油 ごま	牛乳 さわら 鶏肉 昆布 大豆	にんじん ごぼう こんにゃくいんげん キャベツ こまつな	737		★3品献立	
						32.8			
						21.4			
						1.8			
26	金	牛乳 (ごはん) マーボーなす丼 ビーフンスープ	ごはん ごま油 砂糖 片栗粉 油 ビーフン ごま	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉	にんにくしょうが 長ねぎ にんじん 干しいたけ なす もやし 葉ねぎ	772			
						23.0			
						24.2			
						2.6			
29	月	牛乳 食パン 鶏肉のチーズパン粉焼き ラタトゥイユ はちみつ	食パン 油 パン粉 じゃがいも 砂糖 はちみつ	牛乳 鶏肉 チーズ ウインナー	にんにく パセリ にんじん たまねぎ トマト コーン かぼちゃ	787			
						35.0			
						32.4			
						2.6			
30	火	牛乳 ごはん いかのさらさ揚げ 鶏だんご汁	ごはん 油 砂糖 片栗粉	牛乳 いか おから 肉団子	しょうが ごぼう にんじん だいこん こまつな	763			
						28.1			
						21.5			
						2.5			

※給食で使用されている生鮮食品(野菜・肉・魚)の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。

※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。

★市のホームページに給食の写真を掲載しています。



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。ご不明な点がございましたら豊川学校給食共同調理場(36-8451)までご連絡ください。

【URL】

https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/edu-ch/education/sl/menu/school_lunch/menu_toyokawa/



歯と口の健康週間は毎年6月4日から6月10日です。歯と口の健康に関する正しい知識を広め、歯科疾患の予防や早期発見を促すことを目的としています。最近の研究では、お口の健康が全身の健康(糖尿病、心疾患、認知症など)と深く関わっていることが分かっています。この週間は、単に「虫歯を防ぐ」だけでなく、「一生おいしく食べ、健康に過ごすための土台作り」を見直すきっかけとして意識してみましよう。

食べ物をよくかもう

1.消化・吸収を助ける



2.食べ過ぎの防止



3.脳の活性化



4.歯と口の病気予防



5.味覚を感じやすい



6月30日は5月分給食費納期限です。6月分の納期限は7月31日です。口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。