



7 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



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よくひん(きいろ)	おもにからだをつくるもとになるしよくひん(あか)	おもにからだのちようしをととのえるしよくひん(みどり)	エネルギー		ちゆうしなど
						たんぱくしつ	kcal	
			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	
						えんぶん	g	
1	火	ぎゆうにゆう ごはん チキンみそカツ きりぼしだいこんのもの	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう ごま	ぎゆうにゆう とりにく みそ ぶたにく さつまあげ	にんじん つきこんやく きりぼしだいこん こまつな	630		
						25.1		
						18.4		
						1.4		
2	水	ぎゆうにゆう (ホットラーメン) もやしラーメン やさいいりにくしゆうまい れいどうみかん	ホットラーメン ごまあぶら がらスープ	ぎゆうにゆう ぶたにく なると やさいいりにくしゆうまい	しょうがにんにく にんじん もやし キャベツ ながねぎ コーン れいどうみかん	608		
						24.5		
						17.2		
						2.2		
3	木	ぎゆうにゆう ごはん おほしさまのハンバーグ ゆでとうもろこし とうがんのあまのがわスープ	ごはん あぶら さとう がらスープ こめこマカロニ はるさめ	ぎゆうにゆう ハンバーグ とりにく	とうもろこし にんじん たまねぎ とうがん こまつな	610		
						19.6		
						15.4		
						1.6		
4	金	ぎゆうにゆう むぎいりごはん ぶたにくのインドふう トックのスープ	ごはん むぎ どんぶん じゃがいも あぶら さとう がらスープ トック	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく	しょうがにんじん たまねぎ キャベツ	646		
						20.1		
						19.1		
						1.3		
7	月	ぎゆうにゆう こめこパン ぶたにくのコロッケ トマトシチュー マスカットゼリー	こめこパン あぶら コロッケ じゃがいも こむぎこ マーガリン マスカットゼリー	ぎゆうにゆう ぶたにく どうにゆう	にんじん たまねぎ トマト こまつな	668		
						23.6		
						26.4		
						2.9		
8	火	ぎゆうにゆう (ごはん) プルコギどん とりだしスープ	ごはん ごまあぶら さとう どんぶん がらスープ	ぎゆうにゆう ぶたにく みそ とりにく わかめ	にんにくしょうが たまねぎ にんじん ピーマン	612		
						23.9		
						18.2		
						1.7		
9	水	ぎゆうにゆう (ゆでめん) わかめうどん じざかないりはんぺんのいしがきあげ	ゆでめん あぶら ごま こむぎこ	ぎゆうにゆう かつおぶし とりにく わかめ じざかなはんぺん	にんじん たまねぎ しめじ ながねぎ	601		
						25.2		
						18.9		
						2.3		
10	木	ぎゆうにゆう (ごはん) マーボーどうふどん コーンスープ	ごはん ごまあぶら さとう どんぶん あぶら がらスープ	ぎゆうにゆう ぶたにく だいずミート みそ とうふ とりにく	しょうがにんにく たまねぎ にんじん ながねぎ コーン	611		
						24.1		
						17.3		
						1.9		
11	金	ぎゆうにゆう むぎいりごはん とりにくのねぎみそやき じゃがいものそばろに	ごはん むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゆうにゆう とりにく みそ ぶたにく	しょうが たまねぎ ながねぎ にんじん いんげん	618		
						24.5		
						19.6		
						1.0		
14	月	ぎゆうにゆう しよくパン いちごジャム とりにくのチーズパンこやき キャベツのパペロンチーノ	しよくパン いちごジャム あぶら パンこ スパゲッティ	ぎゆうにゆう とりにく チーズ ベーコン	にんにく パセリ にんじん たまねぎ キャベツ	619		
						28.0		
						24.8		
						2.0		

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~



たまねぎ・なると・はんぺん・なす

食材料は給食費と市の補助金でまかなわれています。



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	kcal	ちゅうし など
						たんぱくしつ	g	
			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。			えんぶん	g	
15	火	ぎゆうにゆう(ごはん) なつやさいカレー ベーコンソテー	ごはん あぶら じゃがいも マーガリン こむぎこ	ぎゆうにゆう ぶたにく ベーコン	にんにくしょうが たまねぎ かぼちゃ りんごソース にんじん コーン なす キャベツ	665		
						20.4		
						23.1		
						1.7		
16	水	ジョア(プレーン) (ソフトめん) ツナのミートソース コーンポテト	ソフトめん あぶら マーガリン こむぎこ じゃがいも	ジョアプレーン ツナ だいちミート ウイナー	にんにくたまねぎ にんじん こまつな ピーマン コーン	613		
						22.8		
						14.2		
						2.2		
17	木	ぎゆうにゆう ごはん さばのこうみソースがけ とんじる	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら じゃがいも	ぎゆうにゆう さば ぶたにく かつおぶし とうふ、みそ	にんにくしょうが たまねぎ ごぼう こんにやく にんじん だいこん ながねぎ	620		
						25.5		
						19.5		
						1.8		

※中学年の栄養価を記載しています。

※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。

※物質の都合により、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、確認献立表の表示を見てください。

【国府津共同調理場】



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/educ/educations/menu/school_lunch/menu_kozu/

夏は要注意!食中毒から体を守ろう

この季節は高温多湿なため、食中毒が起りやすいです。見えないばい菌が手や食べ物につき、私たちの体に入ると、おなかが壊れたり、気分が悪くなったりすることがあります。毎日の生活の中で出来ることから予防をして元気に夏を過ごしましょう♪

お子さんが通う学校給食の献立確認や、簡単なアレルギーチェックができるアプリです。

食中毒を予防するために ~食中毒予防の三原則~

菌を につけない
基本は手洗いです。

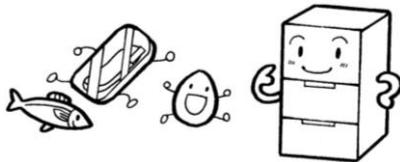
細菌は汚れた手や調理器具から食べ物に付きます。食事の前には必ず手を洗うようにしましょう。

きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちなのは指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!

菌を 増やさない



細菌は温度や湿度が高い場所で増えます。食べ物はすぐに冷蔵庫に入れ、早めに食べきましょう。

菌を やっつける



多くの細菌は加熱するとやっつけられます。肉や魚は特に細菌が多いため、しっかりと火を通すようにしましょう。

6月分の納期限は7月31日です。7月分の納期限は9月1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。