



5 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



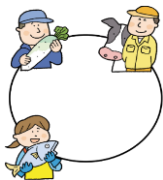
小田原市国府津学校給食共同調理場

| 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) | E値キー | | ちゅうしなど |
|----|-----|---|---|---------------------------------------|--|--------|------|----------------------------------|
| | | | | | | たんぱくしつ | kcal | |
| | | | しょうゆ・ケチャップ・ちようみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしてありません。 | | | ししつ | g | |
| | | | | | | えんぶん | g | |
| 1 | きん | ぎゅうにゅう ごはん こいのぼりがたハンバーグ わかたけじる かたぬきチーズ  <small>こどものひ こんだて</small> | ごはん さとう | ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく わかめ とうふ チーズ | にんじん たけのこ えのきたけ | 597 | | |
| | | | | | | 23.7 | | |
| | | | | | | 20.1 | | |
| | | | | | | 2.0 | | |
| 7 | もく | ぎゅうにゅう ごはん こうやどうふのそぼろに あおなともやしのごまいため ブルーベリータルト | ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ごま ブルーベリータルト | ぎゅうにゅう ぶたにく だいちミート こおりどうふ | にんにくしょうが たまねぎ にんじん いんげん もやし こまつな | 691 | | |
| | | | | | | 26.9 | | |
| | | | | | | 23.2 | | |
| | | | | | | 1.6 | | |
| 8 | きん | ぎゅうにゅう(ごはん) ハヤシライス ウイナーとやさいのソテー | ごはん あぶら マーガリン こむぎこ | ぎゅうにゅう ぶたにく ウイナー | にんにく にんじん たまねぎ コーン マッシュルーム キャベツ | 636 | | |
| | | | | | | 20.6 | | |
| | | | | | | 21.3 | | |
| | | | | | | 2.5 | | |
| 11 | げつ | ぎゅうにゅう ぶどうパン てりやきチキン ベーコンとポテトのスープ ★キャベツのカレーソテー | ぶどうパン あぶら さとう かたくりこ じゃがいも ごまあぶら | ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ハム | しょうが にんじん たまねぎ いんげん キャベツ コーン | 613 | | ★ 3しな こんだて |
| | | | | | | 27.4 | | |
| | | | | | | 23.5 | | |
| | | | | | | 2.9 | | |
| 12 | か | ぎゅうにゅう ごはん あじフライとんじる | ごはん あぶら ごまあぶら じゃがいも | ぎゅうにゅう あじフライ ぶたにく とうふ、みそ | ごぼう こんにやく にんじん だいこん ながねぎ | 604 | | |
| | | | | | | 21.2 | | |
| | | | | | | 19.8 | | |
| | | | | | | 1.8 | | |
| 13 | すい | ぎゅうにゅう(ゆでめん) ゆばいりうどん  こうやどうふのこはくあげ <small>にっこうし しまいきゅうしよく</small> | ゆでめん あぶら さとう ごま かたくりこ | ぎゅうにゅう とりにく ゆば なんと こおりどうふ、あおのり | にんじん たまねぎ しいたけ ながねぎ こまつな | 625 | | |
| | | | | | | 26.8 | | |
| | | | | | | 20.8 | | |
| | | | | | | 2.3 | | |
| 14 | もく | ぎゅうにゅう(ごはん) ひじきごはん にくだんごのあまずあんかけ | ごはん あぶら さとう ごま かたくりこ | ぎゅうにゅう とりにく ひじき あぶらあげ だいちにくだんご | にんじん ごぼう いんげん ながねぎ | 606 | | |
| | | | | | | 23.8 | | |
| | | | | | | 20.9 | | |
| | | | | | | 1.2 | | |
| 15 | きん | ぎゅうにゅう(ごはん) ぶたにくのスタミナどん ちゅうかスープ | ごはん あぶら さとう ごま かたくりこ ごまあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ | にんにくしょうが たまねぎ にんじん しめじ なら | 602 | | 国府津小 6年生 中止 |
| | | | | | | 24.7 | | |
| | | | | | | 19.9 | | |
| | | | | | | 1.7 | | |
| 18 | げつ | ぎゅうにゅう ロールパン ぶたにくのコロッケ トマトシチュー | ロールパン あぶら コロッケ じゃがいも こむぎこ マーガリン | ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう | にんじん たまねぎ トマト こまつな | 664 | | 国府津小 6年生 下曾我小 6年生 中止 |
| | | | | | | 21.0 | | |
| | | | | | | 30.5 | | |
| | | | | | | 2.6 | | |
| 19 | か | ぎゅうにゅう ごはん チャーチャンどうふ チンゲンサイのスープ | ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ ごま | ぎゅうにゅう ぶたにく みそ あつあげ ベーコン とうふ | しょうが にんにく にんじん たまねぎ ピーマン えのきたけ チンゲンサイ | 608 | | 下曾我小 6年生 中止 |
| | | | | | | 22.8 | | |
| | | | | | | 21.7 | | |
| | | | | | | 2.0 | | |
| 20 | すい | ぎゅうにゅう(ホットラーメン) しおコーンラーメン フライドポテト ★ボイルウイナー | ホットラーメン あぶら フライドポテト | ぎゅうにゅう ぶたにく なんと ウイナー | にんにくしょうが にんじん もやし キャベツ コーン ながねぎ | 663 | | ★ 3しな こんだて |
| | | | | | | 25.9 | | |
| | | | | | | 25.3 | | |
| | | | | | | 2.4 | | |

こんげつのおだわらさん

きゅうしよく しょう じばさん ぶつ しょうかい
～給食で使用する、地場産物を紹介します～

食材料は国と市の補てんにより無償とします。



たまねぎ・なんと・さつまあげ・うめぼし



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のえるしょくひん(みどり) | エネギー | 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。 | | | ししつ | g | |
| | | | | | | えんぶん | g | |
| 21 | もく | ぎゆうにゆう ごはん さわらのこうみやき にくじゃが ふりかけ(のりかつお) | ごはん ごま あぶら じゃがいも さとう | ぎゆうにゆう さわら ぶたにく のりかつおふりかけ | しょうが ながねぎ にんじん たまねぎ しらたき いんげん | 625 | | |
| | | | | | | 28.0 | | |
| | | | | | | 18.4 | | |
| | | | | | | 1.5 | | |
| 22 | きん | ぎゆうにゆう (ごはん) やきとりどん ごもくきんぴら | ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら | ぎゆうにゆう とりにく ぶたにく さつまあげ | しょうが にんじん たまねぎ ながねぎ つきこんにやく ごぼう れんこん | 650 | | |
| | | | | | | 26.8 | | |
| | | | | | | 19.1 | | |
| | | | | | | 2.2 | | |
| 25 | げつ | ぎゆうにゆう コッペパン チキンナゲット ラビオリのクリームに | コッペパン あぶら マーガリン こむぎこ | ぎゆうにゆう とりにく チキンナゲット だっしふんにゆう ラビオリ チーズ | にんじん たまねぎ マッシュルーム こまつな | 644 | | |
| | | | | | | 27.4 | | |
| | | | | | | 25.8 | | |
| | | | | | | 2.7 | | |
| 26 | か | ぎゆうにゆう (ごはん) ツナとコーンのいろいろどん ビーフンスープ アセロラゼリー | ごはん あぶら さとう ビーフン アセロラゼリー | ぎゆうにゆう ツナ とりにく | しょうが たまねぎ にんじん コーン なら | 622 | | |
| | | | | | | 22.3 | | |
| | | | | | | 17.3 | | |
| | | | | | | 1.8 | | |
| 27 | すい | ぎゆうにゆう (ソフトめん) カレーソース ベーコンとキャベツのソテー | ソフトめん あぶら マーガリン こむぎこ | ぎゆうにゆう ぶたにく だいちみート とうにゆう ベーコン | にんにくにんじん たまねぎ りんごソース コーン キャベツ | 690 | | 国府津小 5年生 中止 |
| | | | | | | 26.2 | | |
| | | | | | | 24.8 | | |
| | | | | | | 2.4 | | |
| 28 | もく | ぎゆうにゆう ごはん ぶたにくとたまねぎの ばいにくいため しんじゃがのみそしる | ごはん あぶら さとう じゃがいも | ぎゆうにゆう ぶたにく あぶらあげ みそ わかめ | たまねぎ にんじん うめぼし にんにく いんげん だいこん | 601 | | 国府津小 5年生 中止 |
| | | | | | | 23.2 | | |
| | | | | | | 18.8 | | |
| | | | | | | 1.6 | | |
| 29 | きん | ぎゆうにゆう ごはん チキンカツ 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 | ぎゆうにゆう とりにく おから ぶたにく さつまあげ | にんじん つきこんにやく きりぼしだいこん こまつな | 635 | | |
| | | | | | | 24.6 | | |
| | | | | | | 20.2 | | |
| | | | | | | 1.4 | | |

- ※中・高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。

【国府津共同調理場】



★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/

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。

給食ナビ

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。



【<https://9navi.com/login.php>】

※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。

食事のマナーを学ぼう!

| | |
|----------------------------|---------------------------|
| <p>茶わんや汁わんは 持って食べる</p> | <p>立ち歩かないで 座って食べる</p> |
| <p>食べている途中で 話さない</p> | <p>ふさわしくない 会話はしない</p> |

いただきます

ごちそうさま

「いただきます」「ごちそうさま」には、食べ物(いのち)の命や、作ってくれた人、運んでくれた人など、食事に関わるすべての人への感謝の気持ちが込められています。毎日の食事に感謝し、心を込めてあいさつしましょう。

