れいわ7ねんど（2025ねん）

7 がつ　こんだてよていひょう（しょうがっこう）

市のホームページにも のせています。

小田原市豊川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）	おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん（みどり）	ｴﾈﾙｷﾞｰ	kcal	ちゅうしなど
						たんぱくしつ	g	
						ししつ	g	
			しょうゆ・ケチャップ・ちょうみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしてありません。			えんぶん	g	
1	火	ぎゅうにゅう ごはん チキンみそカツ きりぼしだいこんのにもの	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく みそ ぶたにく さつまあげ	にんじん つきこんにゃく きりぼしだいこん こまつな	629 25.0 18.5 1.4		
2	水	ぎゅうにゅう （ホットラーメン） もやしラーメン やさいいりにくしゅうまい れいとうみかん	ホットラーメン ごまあぶら がらスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると やさいいりにくしゅうまい	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ コーン ながねぎ れいとうみかん	608 24.5 17.2 2.2		
3	木	ぎゅうにゅう むぎいりごはん ぶたにくのインドふうに トックのスープ	ごはん むぎ でんぷん じゃがいも あぶら さとう がらスープ トック	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ	637 19.9 19.0 1.3		
4	金	ぎゅうにゅう むぎいりごはん おほしさまのハンバーグ キャベツのソテー とうがんのあまのがわスープ	ごはん むぎ あぶら さとう がらスープ こめこマカロニ はるさめ	ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく	キャベツ コーン にんじん たまねぎ とうがん こまつな	599 20.4 16.2 1.5		もうすぐたなばたこんだて
7	月	ぎゅうにゅう 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	665 23.5 26.0 2.9		
8	火	ぎゅうにゅう（ごはん） マーボーどん コーンスープ	ごはん ごまあぶら さとう でんぷん あぶら がらスープ	ぎゅうにゅう 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 こまつな	610 24.1 17.3 1.9		
9	水	ぎゅうにゅう（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	ぎゅうにゅう 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	ぎゅうにゅう むぎいりごはん とりにくのねぎみそやき じゃがいものそぼろに	ごはん むぎ あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう 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		
11	金	ぎゅうにゅう（ごはん） プルコギどん ちゅうかスープ	ごはん ごまあぶら さとう でんぷん がらスープ	ぎゅうにゅう 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		
14	月	ぎゅうにゅう しょくパン いちごジャム とりにくのチーズパンこやき キャベツのペペロンチーノ	しょくパン いちごジャム あぶら パンこ スパゲッティ	ぎゅうにゅう 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	617 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　　はねぎ　　みかん

じざかないりしろはんぺん　　なるとまき　　さつまあげ

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）	おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん（みどり）	ｴﾈﾙｷﾞｰ	kcal	ちゅうしなど
						たんぱくしつ	g	
						ししつ	g	
			しょうゆ・ケチャップ・ちょうみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしてありません。			えんぶん	g	
15	火	ぎゅうにゅう（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	ぎゅうにゅう 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 なす コーン にんじん キャベツ	666 20.5 22.9 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 だいずミート ウインナー	にんにく たまねぎ にんじん こまつな ピーマン コーン	607 22.8 13.5 2.2		

※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、概況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。
【URL】
https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educh/education/sl/menu/school_lunch/menu_toyokawa/

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ゲンとなるそば・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豊川学校給食共同調理場（36-8451）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。 ▲iPhone用 ▲Android用

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、食中毒が起こりやすいです。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、おなかを壊したり、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♪

食中毒を予防 するために ～食中毒予防の三原則～

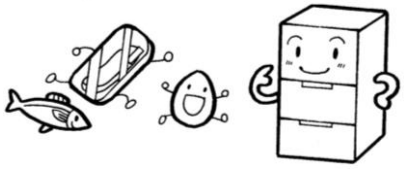
菌を つけない
基本は手洗いです。

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洗います。忘れがちな指と指の間、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、早めに食べきりましょう。

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。