



4 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



小田原市豊川学校給食共同調理場

**こども
見て!**

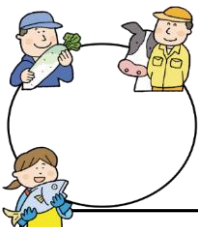
献立表には、その日の献立名のほかにも、使われている食材ののっています。
『今日の給食は何かな?』だけでなく、何が使われているかも、見てみてください。

学年の中止等が書いてありますので、確認してください。

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	
9	もく	ぎゅうにゆう(ごはん) カレーライス はるいろソテー	ごはん あぶら じゃがいも マーガリン こむぎこ	ぎゅうにゆう とりにく ウインナー	しょうが 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 グリーンアスパラ	648		
						20.3		
						22.6		
						1.7		
10	きん	ぎゅうにゆう(ごはん) たけのごはん みそしる	ごはん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゆう とりにく あぶらあげ とうふ みそ	にんじん たけのこ たまねぎ こまつな	612		
						23.1		
						19.2		
						2.1		
13	げつ	ぎゅうにゆう くらパン メンチカツ ABCスープ	くらパン あぶら じゃがいも マカロニ	ぎゅうにゆう メンチカツ ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ	598		
						23.1		
						27.0		
						2.3		
14	か	ぎゅうにゆう(ごはん) マーボーどろふどん しゅうまい	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゆう ぶたにく だいずミート みそ とうふ しゅうまい	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ながねぎ	613		
						23.5		
						17.8		
						1.3		
15	すい	ぎゅうにゆう(ホットラーメン) しょうゆラーメン はるまき	ホットラーメン あぶら	ぎゅうにゆう ぶたにく なたとわかめ はるまき	にんにく しょうが にんじん めんまもやし ながねぎ	607		
						22.4		
						20.5		
						2.4		
16	もく	ぎゅうにゆう むぎいりごはん さけのしおやき とんじる	ごはん むぎあぶら ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゆう さけ 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	601		
						27.0		
						19.4		
						2.3		
17	きん	ぎゅうにゆう(ごはん) ビビンバ トックのスープ	ごはん ごまあぶら さとう ごまあぶら トック	ぎゅうにゆう ぶたにく とりにく	にんにく にんじん もやし こまつな たまねぎ キャベツ	624		
						22.5		
						18.4		
						1.5		
20	げつ	ぎゅうにゆう こめこパン どうにゆうシチュー ミートボール グレープゼリー	こめこパン あぶら じゃがいも こむぎこ マーガリン さとう ぶどうゼリー	ぎゅうにゆう とりにく どうにゆう にくだんご	にんじん たまねぎ こまつな	623		
						27.6		
						25.4		
						2.5		
21	か	ぎゅうにゆう(ごはん) まぜまぜチキンライス やさいコンソメスープ	ごはん マーガリン あぶら じゃがいも	ぎゅうにゆう とりにく ウインナー	にんじん たまねぎ コーン ピーマン キャベツ	604		
						20.7		
						19.5		
						1.7		
22	すい	ぎゅうにゆう(ソフトめん) こぎつねうどん こうやどろふのからあげ	ソフトめん さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゆう とりにく なたと あぶらあげ こおりどろふ	にんじん ながねぎ しょうが	640		
						27.1		
						23.3		
						2.6		
23	もく	ぎゅうにゆう(ごはん) はるキャベツのみそいためどん ワンタンスープ	ごはん あぶら さとう かたくりこ ワンタン ごま	ぎゅうにゆう ぶたにく みそ とりにく にくだんご	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン ながねぎ	635		
						24.6		
						20.1		
						1.9		

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～



なるとまき

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
			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。			たんぱくしつ	g	
24	きん	ぎゅうにゅう むぎいりごはん さわらのたつたあげ しんじゃがのそぼろに	ごはん むぎ こむぎこ かたくりこ あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく	しょうが にんじん たまねぎ いんげん	えんぶん	g	660 24.9 21.8 1.0
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
27	げつ	ぎゅうにゅう ソフトフランスパン マーマレードチキン ペンネナポリタン	ソフトフランス マーマレード あぶら マカロニ	ぎゅうにゅう とり にく ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム	えんぶん	g	608 27.4 23.9 2.4
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
28	か	ぎゅうにゅう むぎいりごはん てりやきハンバーグ あおなごこんにやくのわふういため ヨーグルト	ごはん むぎ あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく ヨーグルト	しょうが にんじん つきこんにやく コーン こまつな	えんぶん	g	633 23.2 19.0 1.3
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
30	もく	ぎゅうにゅう (ごはん) ぶたにくのしょうがいためどん けんちんじる	ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ	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	えんぶん	g	626 25.3 21.2 1.6
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	
						たんぱくしつ	g	

※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、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。

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



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豊川学校給食共同調理場(36-8451)までご連絡ください。

【加工食品の表示について】

加工食品に含まれている主な食材につきましては、食物アレルギー対象児童のご家庭へお配りしている学校給食アレルギー確認献立表に記載しています。ご不明な点がございましたら豊川学校給食共同調理場までご連絡ください。

【給食内容について】

主食...各業者から届きます

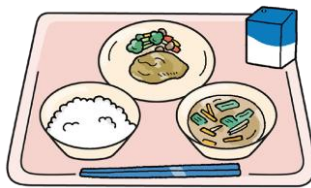
ごはん(火・木・金曜日)
麦入りご飯 ・ごはん

パン(月曜日)

コッペパン・食パン・ぶどうパン
ロールパン・黒パン・チーズパン
ソフトフランス
米粉パン・米粉ロールパン

めん(水曜日)

ソフトめん・ホットラーメン・ゆでめん



麦には、米に比べると約20倍の食物繊維が含まれており、食物繊維の大きな供給源となります。また、麦には体を疲れにくくしてくれるビタミンB1も多く含まれています。給食では麦入りご飯も取り入れています。

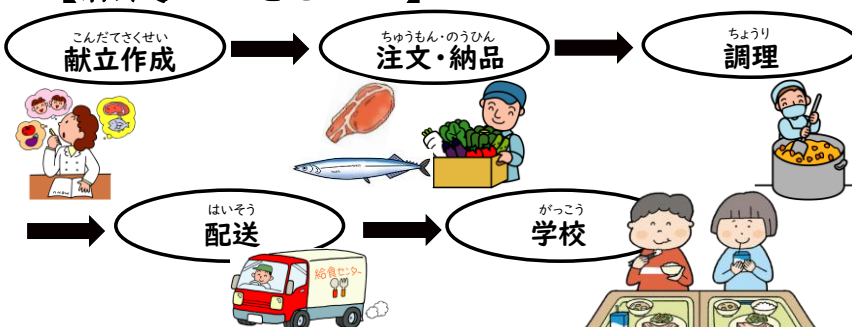
牛乳 200cc 1本

日々成長している体に必要な、カルシウム、たんぱく質、ビタミンなどを補うために毎日つきます。

おかず

衛生面を考慮し、しっかり加熱調理できる2品が基本です。煮物、揚げ物、焼き物など、調理法に変化をつけ、手作りを心がけています。食材は地元産を優先し、安全で質の良いものを使用しています。また、月2回程度、3品のおかずを提供し、より充実した献立になるよう工夫しています。

【給食ができるまで】



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://9-navi.com/login.php>

