



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	ちゆうしなど
						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	
1	火	ぎゆうにゆう コッペパン チリコンカン マカロニスープ	コッペパン あぶら じゃがいも マカロニ	ぎゆうにゆう ぶたにく ベーコン だいず だいずミート がらスープ	にんにく にんじん たまねぎ トマト こまつな	608		
						29.2		
						25.6		
						2.2		
2	水	ぎゆうにゆう (ごはん) プルコギどん わかめスープ	ごはん ごまあぶら さとう でんぷん	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく みそ わかめ がらスープ	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		
3	木	ぎゆうにゆう (ホットラーメン)もやしラーメン やさしいりにくシュウマイ おだわらしさんれいとうみかん	ホットラーメン ごまあぶら	ぎゆうにゆう ぶたにく なると がらスープ やさしいりにくシュウマイ	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 みかん	608		
						24.5		
						17.2		
						2.2		
4	金	ぎゆうにゆう むぎいりごはん おほしさまのハンバーグ ★キャベツのカレーソテー とうがんのあまのがわスープ	ごはん むぎ あぶら ごまあぶら さとう はるさめ こめこマカロニ	ぎゆうにゆう ハンバーグ とりにく がらスープ	キャベツ コーン にんじん たまねぎ とうがん こまつな	599		 たなばた こんだて
						20.4		
						16.2		
						1.5		
7	月	ぎゆうにゆう 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 あぶら さとう じゃがいも	ぎゆうにゆう とりにく ぶたにく みそ	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		
8	火	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 とうにゆう	にんじん たまねぎ トマト こまつな	667		
						23.5		
						26.4		
						2.9		
9	水	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 でんぷん あぶら	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく だいずミート とうふ みそ がらスープ	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	619		
						24.1		
						18.5		
						1.9		
10	木	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		
11	金	ぎゆうにゆう 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 あぶら じゃがいも さとう トック	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく がらスープ	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ	650		
						21.5		
						21.1		
						1.2		
14	月	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 かつおぶし ぶたにく 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		

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~

食材料は給食費と市の補助金でまかなわれています。



たまねぎ・なると・れいとうみかん
じざかないりしろはんぺん



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	ちゆうしなど	
						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 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 パンこ あぶら 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	630			
						28.5			
						25.6			
						2.0			
16	水	ジョア(プレーン) (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	ジョア(プレーン) 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	609			
						17.9			
						15.4			
						1.6			
17	木	 きゆうしょく 給食はありません 							

※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/edu-ch/education/sl/menu/school_lunch/menu_tachibana/



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橘学校給食共同調理場(43-0112)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。



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♪

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。

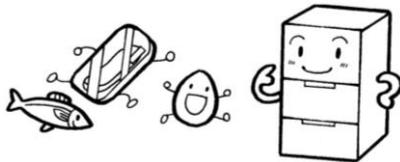
細菌は汚れた手や調理器具から食べ物に付きます。食事の前には必ず手を洗うようにしましょう。

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。