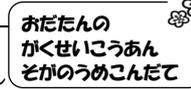




# 5 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)

㊦㊦㊦㊦㊦㊦㊦㊦

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	木	ぎゅうにゆう おぎいりごはん さわらのごまやき にくじゃが	ごはん おぎ さとう ごま あぶら がらスープ じゃがいも でんぷん	ぎゅうにゆう さわら ぶたにく	しょうが にんじん たまねぎ しらたき いんげん	611		
						25.7		
						17.7		
						1.4		
2	金	ぎゅうにゆう ごはん かぶとがたハンバーグ アスパラガスとベーコンのソテー プリン 	ごはん あぶら プリン	ぎゅうにゆう ハンバーグ ベーコン	にんじん たまねぎ グリーンアスパラ キャベツ	610		
						18.3		
						18.5		
						1.2		
7	水	ぎゅうにゆう (ホットラーメン) みそラーメン だいがくいも	ホットラーメン あぶら がらスープ さつまいも みずあめ さとう ごま	ぎゅうにゆう ぶたにく みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ ながねぎ	677		
						24.2		
						20.1		
						2.2		
8	木	ぎゅうにゆう (ごはん) ぶたにくのスタミナどん はるさめスープ	ごはん あぶら さとう ごま でんぷん がらスープ はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゆう ぶたにく とりにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しめじ はねぎ	609		
						22.4		
						18.6		
						1.6		
9	金	ぎゅうにゆう ごはん とりにくのかたうらレモンやき とろみじる ゆでえだまめ	ごはん あぶら でんぷん	ぎゅうにゆう とりにく かつおぶし ぶたにく あぶらあげ	レモン にんじん たまねぎ ごぼう こまつな えだまめ	621		
						26.6		
						21.6		
						1.5		
12	月	ぎゅうにゆう ころパン ぶたにくのコロッケ ラビオリのこめことうにゆうスープ	ころパン あぶら コロッケ じゃがいも こめこでんぷん	ぎゅうにゆう ベーコン ラビオリ とうにゆう	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ	659		
						22.2		
						25.8		
						2.6		
13	火	ぎゅうにゆう ごはん ぶたにくとたまねぎのばいにくいため だいこんのみそしる 	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゆう ぶたにく かつおぶし あぶらあげ みそ	たまねぎ うめぼし にんにく えだまめ だいこん もやし ながねぎ	627		
						26.4		
						21.3		
						1.7		
14	水	ぎゅうにゆう (ゆでめん) カレーうどん ごもくきんぴら	ゆでめん あぶら ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゆう とりにく かつおぶし じざかなはんぺん ぶたにく さつまあげ	にんにく たまねぎ にんじん ながねぎ ごぼう つきこんにやく いんげん	656		
						29.4		
						21.3		
						2.8		
15	木	ぎゅうにゆう (おぎいりごはん) ツナとコーンのいろどりどん やさいととうふのスープ いちごヨーグルト	ごはん おぎ あぶら さとう がらスープ でんぷん	ぎゅうにゆう ツナ とりにく とうふ いちごヨーグルト	しょうが にんじん たまねぎ コーン えだまめ だいこん こまつな	622		
						25.4		
						17.8		
						2.1		
16	金	ぎゅうにゆう おぎいりごはん アジフライ ちくぜんに	ごはん おぎ あぶら さとう	ぎゅうにゆう あじフライ かつおぶし とりにく こおりとうふ	にんじん ごぼう こんにやく いんげん	599		
						20.5		
						20.6		
						1.2		

## 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~



うめぼし・たまねぎ・はねぎ・なると・はんぺん・さつまあげ

食材は給食費と市の補助金でまかなわれています。



### 【曾我の梅干しを使用した給食について】

うめぼしのもみりやく わかもせだい ちゆうしん しょうひしゃ ひろ おだわらさん そが うめぼし しょう おだわらさん くだいがく  
梅干しの持つ魅力を若者世代を中心とした消費者に広くPRし、小田原産「曾我の梅干し」を使用し、小田原短期大学で  
うめぼし レシピコンテストを実施しました。選ばれたレシピを活用し、市内学校給食へ提供します。

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)	おもにからだのちょうしをととのえるしよくひん(みどり)	エレルギー	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。						ししつ	g		
						えんぶん	g		
19	月	ぎゅうにゅう ロールパン トマトシチュー イタリアンソテー	ロールパン あぶらがらスープ じゃがいも さとう マーガリン こむぎこ イタリアンドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく だいず とうにゅう ハム	にんにく たまねぎ トマト にんじん キャベツ	609		国府津小 6年中止	
						25.0			
						25.6			
						2.4			
20	火	ぎゅうにゅう ごはん チャーチャンどうふ トックのスープ	ごはん あぶら じゃがいも がらスープ さとう でんぷん トック	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりにく	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ	608		国府津小 6年中止	
						20.6			
						16.5			
						1.1			
21	水	ぎゅうにゅう (ホットラーメン) ジャージャーめん チキンナゲット	ホットラーメン ごまあぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいずミート みそ チキンナゲット	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ながねぎ えだまめ	621			
						28.0			
						20.5			
						2.5			
22	木	ぎゅうにゅう (ごはん) まぜまぜチャーハン ぎょうぎ	ごはん ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると ぎょうぎ	しょうが にんじん たまねぎ コーン ながねぎ えだまめ	588		下曽我小 6年中止	
						22.0			
						17.3			
						1.7			
23	金	ぎゅうにゅう むぎいりごはん チキンカツ しんじゃがのみそしる ゆでキャベツ	ごはん むぎ あぶら こむぎこ パンこ さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく おから かつおぶし みそ あぶらあげ	にんじん たまねぎ はねぎ キャベツ	647		下曽我小 6年中止	
						24.7			
						20.6			
						1.7			
26	月	ぎゅうにゅう しよくパン てりやきチキン ベーコンとポテトのスープ りんごジャム	しよくパン あぶら さとう でんぷん じゃがいも がらスープ りんごジャム	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんじん たまねぎ いんげん	602			
						25.5			
						24.3			
						2.6			
27	火	ぎゅうにゅう (さくらめし) ひじきごはん もやしのあまずいため	さくらめし あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ひじき あぶらあげ だいず ベーコン わかめ	にんじん もやし	593			
						23.1			
						20.3			
						2.4			
28	水	ぎゅうにゅう (ソフトめん) ごもくうどん やさしいりにくしゅうまい	ソフトめん あぶら	ぎゅうにゅう かつおぶし とりにく あぶらあげ やさしいりにくしゅうまい	にんじん だいこん ごぼう こまつな	583			
						25.7			
						19.5			
						2.0			
29	木	ぎゅうにゅう むぎいりごはん すぶた ちゅうかスープ	ごはん むぎ でんぷん あぶら さとう がらスープ はるさめ ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ	しょうが にんじん たまねぎ ピーマン たら	670			
						22.0			
						22.2			
						1.8			
30	金	ぎゅうにゅう (ごはん) ハヤシライス コーンソテー	ごはん あぶら がらスープ マーガリン こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	にんにく たまねぎ にんじん コーン キャベツ	633			
						20.7			
						20.3			
						2.1			

※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。

【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/education/sl/menu/school\\_lunch/menu\\_kozu/](https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educ/education/sl/menu/school_lunch/menu_kozu/)



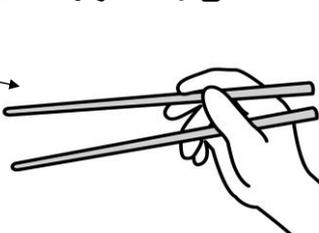
『正しいはしの持ち方』

◆上のはしは親指、人差し指、中指で

かるく持ち、親指は人差し指の横にあてます。

◆動かすのは上のはしだけだよ

はし先をそろえてね!



1cmほどはしを出すよ

◆下のはしは親指のねもとにはさんで固定し、薬指の爪の横にあてます。

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。



5月分の納期限は6月30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。