



7 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



小田原市橘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)	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。			えんぶん	g	
1	すい	ぎゆうにゆう ごはん アジのなんばんづけ ぶただいこん	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ぎゆうにゆう アジ ぶたにく	にんじん たまねぎ ピーマン しょうが だいこん いんげん	632		
						24.9		
						19.6		
						1.4		
2	もく	ぎゆうにゆう (ホットラーメン) タンタンメン にらまんじゆう	ホットラーメン あぶら ごまあぶら	ぎゆうにゆう ぶたにく だいちみそ にらまんじゆう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ チンゲンサイ ながねぎ もやし	630		
						29.7		
						19.6		
						2.9		
3	きん	ジョア(プレーン) (むぎいりごはん) なつやさいカレー ベーコンソテー	ごはん むぎ あぶら マーガリン じゃがいも 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 コーン りんごソース なすにんじん キャベツ	610		
						18.1		
						15.5		
						1.6		
6	げつ	ぎゆうにゆう ごはん いわしフライ ちくぜんに	ごはん あぶら さとう	ぎゆうにゆう いわしフライ とりにく こうやどふ	にんじん ごぼう たけのこ こんにやく いんげん	640		
						24.2		
						21.2		
						1.4		
7	か	ぎゆうにゆう くろパン おほしさまのハンバーグ ミネストローネ ラムネゼリー	くろパン あぶら マカロニ じゃがいも ラムネゼリー	ぎゆうにゆう ハンバーグ ベーコン	にんにく しょうが たまねぎ にんじん パセリ	602		
						22.6		
						19.2		
						2.3		
8	すい	ぎゆうにゆう ごはん とりにくとじゃがいものチリソース もやしナムル	ごはん あぶら じゃがいも かたくりこ さとう ごまあぶら ごま	ぎゆうにゆう とりにく ハム わかめ	にんにく しょうが ながねぎ たまねぎ にんじん もやし	647		
						21.4		
						21.0		
						1.7		
9	もく	ぎゆうにゆう (ゆでめん) にくなんばんうどん シュウマイ れいとうみかん	ゆでめん さとう	ぎゆうにゆう ぶたにく なると シュウマイ	にんじん たまねぎ ほしいたけ たけのこ ながねぎ こまつな れいとうみかん	611		
						24.9		
						15.3		
						2.1		
10	きん	ぎゆうにゆう (ごはん) プルコギどん ワンタンスープ	ごはん ごまあぶら あぶら さとう かたくりこ ワンタン ごま	ぎゆうにゆう ぶたにく みそ とりにく にくだんご	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン ながねぎ	673		
						27.0		
						21.9		
						1.9		

食中毒ってなあに?



「食中毒」というのは、食中毒の原因となるウイルスや細菌、寄生虫などがついた食べ物を食べて腹痛や吐き気、発熱などの症状がおこる病気のことです。特に気温の高い夏場は、細菌による食中毒が多くなります。食中毒を予防するためにも食品の扱い方を知っておきましょう。

① **必ず手を洗う**
料理をする前や肉・魚・卵を触ったときはせっけんを使い手を洗う。



② **温度に気を付ける**
すぐに食べない食品は冷蔵庫や冷凍庫に保管する。持ち歩く場合は、保冷剤や保冷バックを利用する。

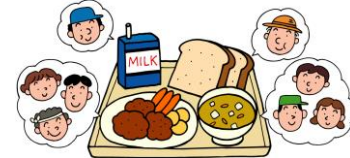


③ **加熱する**
加熱が必要な食品は中までしっかりと火を通す。冷めてしまった料理は、再加熱する。



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～




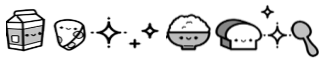


なると・れいとうみかん

食材料は国と市の補てんにより無償とします。



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	
			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。			たんぱくしつ	g		
						ししつ	g		
						えんぶん	g		
13	げつ	ぎゆうにゆう ごはん とりにくのガーリックやき とろみ汁	ごはん あぶら さとう かたくりこ	ぎゆうにゆう とりにく ぶたにく あぶらあげ	にんにく たまねぎ にんじん ごぼう ほししいたけ こまつな		600 24.9 20.3 1.2		
14	か	ぎゆうにゆう メンチカツバーガー  3しなこんだて  (コッペパン・メンチカツ・ゆでキャベツ) ポトフ	コッペパン あぶら じゃがいも	ぎゆうにゆう メンチカツ ウインナー	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな		603 23.3 30.3 1.8		
15	すい	ぎゆうにゆう (ごはん) マーボーどうふどん ちゆうかスープ マスカットゼリー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら ごま マスカットゼリー	ぎゆうにゆう ぶたにく とりにく どうふ わかめ だいずミート みそ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ながねぎ にら		669 24.7 19.3 2.0		
16	もく	 きゆうしよくはありません 							

※ちゆうがくねん えいようか きさい中学年の栄養価を記載しています。

※きゆうしよく しょうゆ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。

※あぶら揚げ油は、3回程度使用しています。

※ぶつし つごう物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※かた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。

★し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。

学校給食の衛生管理



がっこうきゆうしよく学校給食をつくる時は、とき食中毒予防のために、えいせいかんり衛生管理を徹底して行っています。

せいけつ しせつ ちようりきく ふくそう てあら清潔な施設、調理器具、服装、手洗い、食品の取り扱いなど、さまざまなことに注意をはらっています。



清潔な服装



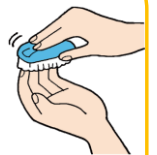
ちようりん かみ け りようり調理員は髪の毛などが料理には入らないように清潔なマスク、帽子、調理服を着用しています。



手洗いの徹底



さぎょうまえ こじんせんよう作業前は、個人専用のつめブラシをつか
使って、つめの間も念入りに洗います。
さぎょうちゆう作業中もこまめに手洗いをしています。



エプロンなどの使い分け

おせんぼうし汚染防止のために、さぎょうないよう作業内容によってエプロンや手袋、履物などを使い分けています。



適切な温度管理

かねつ さい おんど加熱する際の温度は、90℃90秒を確保するようにしています。
ちゆうしんおんど中心温度の測定は、3か所以上測定しています。



きゆうしよく てづく きほん給食は手作りを基本とし、しよくざい ちさんちしよ食材は地産地消・あんぜんせい安全性を優先して品質の良いものを使用しています。

