

令和5年度第1回周南市学校給食センター給食協議会

(熊毛地区)

1 会長挨拶

2 議題

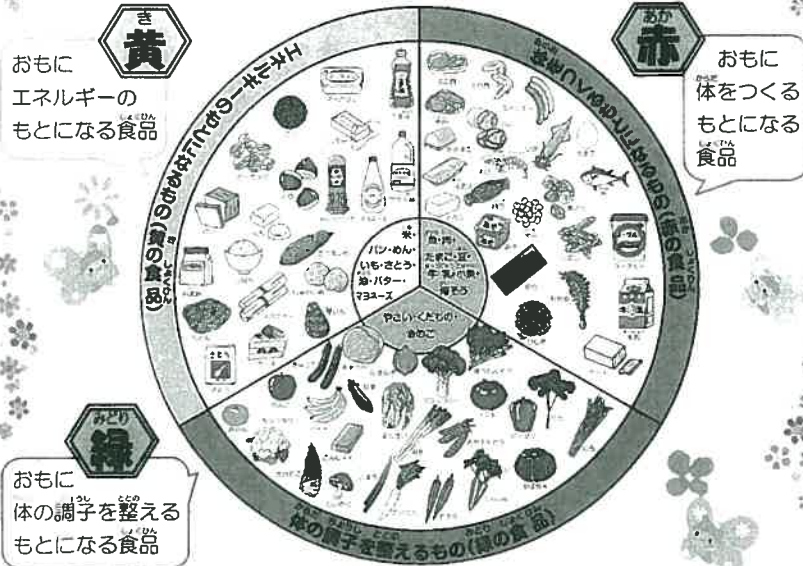
(1) 令和5年度1学期の献立について

(2) 令和5年度2学期の献立について

(3) その他

- ・小学校おすすめ給食について

おもな働きによる食品のグループ分け



★給食は、3つの働きをもつ食べ物を組み合わせて献立を考えています。健康な体づくりのためには、いろいろな食品を組み合わせることが大切です。

おしらせ

- ◎ 給食は「マイはし持参」です。毎日きれいに洗ったものをお子様を持たせてください
- ◎ 学校給食は、学校における食育の推進において大きな役割を担っています。地場産物の活用、食文化、国際理解のための献立等に取り組んでいます
- ◎ 食物アレルギーのある方に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください
- ◎ 魚の骨には気をつけて食べてください

今月の給食目標

給食の準備を
きちんとしよう

★机の上を
きれいにしよう

★正しい身支度 **かみの竹**を
いれる

マスクは
はきとくち



こんだて

★牛乳は毎日つきます
(★毎月19日は「食育の日」です)

おもなざいりょう
(たべもののはたらき)

赤 おもに体をつくるもとになる食品	緑 おもに体の調子を整えるもとになる食品	黄 おもにエネルギーのもとになる食品
エネルギーkcal/たんぱく質	小学校	中学校

<p>10(月)</p> <p>ゆかり あえ さばのみぞれ</p> <p>むぎごはん とうふのキムチ</p>	<p>11(火)</p> <p>キャブソース きよみオレンジ</p> <p>チキンスティック ポトフ</p>	<p>12(水)</p> <p>キャベツのじゃこいため</p> <p>むぎごはん ハッシュドポーク</p>	<p>13(木)</p> <p>ほうれんそうのりごまあえ たまごやき</p> <p>りんごゼリー ゆかりむぎごはん にくじゃが</p>	<p>14(金)</p> <p>チーズ(中学校のみ) ツナサラダ</p> <p>小パン スパグッティミートソース</p>
<p>ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ むぎみそ さばのみぞれ</p> <p>だいにん だいにん ちやし はくさいキムチ</p> <p>こめ むぎ</p> <p>キャベツ しそ</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ちキン スティック</p> <p>キャベツ たまねぎ にんじん パセリ にんにく</p> <p>パン にむぎこめこ じゃがいも あぶら きよみオレンジ</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく しょういんげんまめ しらすぼし</p> <p>たまねぎ にんにく じゃがいも</p> <p>こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく ほうれんそうのり</p> <p>たまねぎ にんにく さやいんげん ほうれんそう</p> <p>こめ むぎ じゃがいも こんやく あぶら さとう</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく ちやうみず</p> <p>にんにく にんじん たまねぎ トマト</p> <p>パン にむぎこめこ スパグッティ オリーブゆ さとう</p>
815 34.0	607 25.6 748 30.5	632 20.4 752 23.4	615 20.4 811 29.0	633 26.2 832 35.1
各小学校、熊毛中1年 なし				
三丘小1年、高水小1年、勝間小1年 大河内小、八代小1年				
高水小1年、勝間小1年、大河内小1年 なし				
高水小1年、勝間小1年、大河内小1年 なし				
高水小1年、大河内小1年 なし				
<p>17(月)</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>むぎごはん チキンカレー</p>	<p>18(火)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>しるみざかなのバーベキューソース</p> <p>コッパン ラビオリスープ</p>	<p>19(水)</p> <p>ひじきとだいずのいためもの</p> <p>むぎごはん おやこどん</p>	<p>20(木)</p> <p>プロッコリーのしおゆでチキンカツ</p> <p>わかめ むぎごはん すましじる</p>	<p>21(金)</p> <p>ウホボウホボポタージュース</p> <p>カラフルかいそうサラダ</p> <p>ソースハンバーグ</p> <p>ウホボウホボポタージュース</p>
<p>ぎゅうにゅう とりにく しょうが りんご ゼリー みかん</p> <p>だいにん たまねぎ にんにく しょうが りんご ゼリー みかん</p> <p>こめ むぎ じゃがいも あぶら ゼリー</p>	<p>ぎゅうにゅう たら ヨーグルト</p> <p>キャベツ たまねぎ にんじん パセリ りんご にんにく</p> <p>パン にむぎこめこ ラビオリ でんぶん さとう</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく ちくわ たまご ひじき だいず ひらてん</p> <p>にんにく たまねぎ ごぼう ねぎ</p> <p>こめ むぎ さとう でんぶん ごま</p>	<p>ぎゅうにゅう わかめ とうふ あぶらあげ チキンカツ</p> <p>にんにく たまねぎ えのきたけ ねぎ</p> <p>こめ むぎ あぶら タルト</p>	<p>ぎゅうにゅう ちやうりょう ぎゅうにゅう なまクリーム とうふ ハンバーグ かいそう</p> <p>にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり</p> <p>パン にむぎこめこ あらうだき ポテト さとう アーモンド ドレッシング</p>
696 19.2 826 21.9	654 27.8 816 33.7	669 28.5 817 36.1	680 23.9 805 27.7	708 23.5 887 28.9
<p>24(月)</p> <p>はるさめのえびシューマイ</p> <p>むぎごはん マーポ とうふ</p>	<p>25(火)</p> <p>リンネーズポテ</p> <p>にくだんごのスープ</p>	<p>26(水)</p> <p>ゆでキャベツ チキンなんばん</p> <p>むぎごはん さぶじる</p>	<p>27(木)</p> <p>ピビンバ</p> <p>むぎごはん わかめスープ</p>	<p>28(金)</p> <p>マヨネーズサラダ</p> <p>マカロニのカレー</p>
<p>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ しらすぼし えびシューマイ</p> <p>はるさめ しょうが だいにん ねぎ にんじん たまねぎ</p> <p>こめ むぎ さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ ごま</p>	<p>ぎゅうにゅう ミートボール ベーコン</p> <p>キャベツ ちやし にんじん たまねぎ ほうししいたけ ねぎ</p> <p>パン にむぎこめこ くるざとう じゃがいも マーガリン</p>	<p>ぎゅうにゅう かまぼこ とうふ とりにく かぼちゃ だいこん しろねぎ</p> <p>にんにく にんじん ごぼう じゃがいも さとう</p> <p>こめ むぎ じゃがいも さとう でんぶん あぶら</p>	<p>ぎゅうにゅう わかめ ベーコン とうふ きゅうり</p> <p>たまねぎ にんにく ほうれんそう ちやし</p> <p>こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく まくろみず</p> <p>にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり</p> <p>パン にむぎこめこ マカロニ じゃがいも あぶら さとう</p>
672 25.1 868 33.0	630 22.2 806 27.6	712 24.8 835 28.5	635 23.2 747 27.0	640 24.2 806 30.2
三丘小なし				

2023年

5月こんだて

周南市立熊毛学校給食センター

<p>1(月) こどもの日 祝立</p> <p>ゆかり あえ かつおの あげに</p> <p>たけのこ ごはん すまし じる</p> <p>かしわもち</p> <p>2(火) チーズ (中学校のみ) カラフル かいそうサラダ</p> <p>コッペパン ポーク シチュー</p>	<p>今月の給食目標 食事マナーを意識して食べよう</p> <p>後片付けも しっかり しよう!!</p> <p>食器は正しく 持って食べる。 食器は正しいに 食器皿の中へ。</p> <p>食べている途中で 立ち歩かない。 スプーンは むきをそろえて 片づける。</p> <p>食事にふさわしい 話を選び、 大声は出さない。</p>			
<p>8(月) 小学校1こ 中学校2こ</p> <p>きゅうりとまゆしの ちゅうかつげ</p> <p>にくだんごの もちごめむし</p> <p>マラー カオ むぎ ごはん ちゅうかコーン たまごスープ</p> <p>3(水) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>9(火) コーン キャベツ</p> <p>マカロニの クリームに</p> <p>4(木) チキンチキン ごぼう</p> <p>あじつけのり</p> <p>むぎ ごはん おじゃがもち じる</p>	<p>10(水) チキンチキン ごぼう</p> <p>あじつけのり</p> <p>5(金) しおこんぶ あえ</p> <p>いわしの うめに</p> <p>むぎ ごはん だいすど やさいの にも</p>	<p>11(木) しおこんぶ あえ</p> <p>いわしの うめに</p> <p>6(土) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>12(金) ジャーマン ポテト</p> <p>アセロラゼリー</p> <p>ラビオリ スープ</p>
<p>15(月) ながいこ 山口 県産100%小麦</p> <p>れんこん いり ごまあえ</p> <p>コロッケ</p> <p>ごはん はもだんご じる</p> <p>7(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>16(火) ワインナー (中学校のみ) アーモンド サラダ</p> <p>ツナ スパゲッティ</p> <p>8(月) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>17(水) ヨーグルト</p> <p>パンパンジー</p> <p>むぎ ごはん マーポ どうふ</p> <p>9(月) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>18(木) おかか あえ</p> <p>がんす</p> <p>むぎ ごはん くれの にくじゃが</p> <p>10(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>19(金) マーシャル ピンズ</p> <p>さかなの マヨネーズやき</p> <p>アルファベット スープ</p>
<p>22(月) フルーツ ミックス</p> <p>むぎ ごはん チキン カレー</p> <p>11(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>23(火) いかと ほうれんそうの ソテー</p> <p>オレンジ</p> <p>クリーム シチュー</p> <p>12(月) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>24(水) ちんねい のせて たべよう</p> <p>しょうが しょうが</p> <p>やさい かきあげ</p> <p>小ごはん かきあげ うどん</p> <p>13(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>25(木) ちんねい のせて たべよう</p> <p>しょうが しょうが</p> <p>やさい かきあげ</p> <p>小ごはん かきあげ うどん</p> <p>14(月) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>26(金) ちんねい のせて たべよう</p> <p>しょうが しょうが</p> <p>やさい かきあげ</p> <p>小ごはん かきあげ うどん</p>
<p>29(月) こくとう ピンズ (中学校のみ)</p> <p>さばの しおやき</p> <p>むぎ ごはん ぶたじる</p> <p>15(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>30(火) パリ ツォーネ</p> <p>さっぱり サラダ</p> <p>コーン チャウダー</p> <p>16(月) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>31(水) シンガポールの料理</p> <p>シンガポール チキンライス</p> <p>ゆで キャベツ</p> <p>17(日) たいまねぎ にんじん じゃがいも あぶら</p> <p>パン (におぎこめこ) じゃがいも あぶら</p>	<p>こんだて</p> <p>おしらせ</p> <p>☆牛乳は毎日つきます (☆毎月19日は「食育の日」です) おもなざいりよう (たべもののはたらき)</p> <p>食物アレルギーのある方に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。</p> <p>魚の骨には気をつけて食べてください。</p>	

赤 おもに体を つくるもと になる食品

緑 おもに体の 調子を整え るもとに なる食品

黄 おもに エネルギー のもとに なる食品

エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校

6月こんだて

今日の給食目録

歯と骨をしようぶにする 食事をしよう

★ 5日～9日の給食は、よくかむ献立になっています。

むし歯を防ぐ食生活で8020!

★ 80歳まで20本以上の歯を保つためには…

- よくかんで食べる
- 歯みがきをしっかりとる。

こんだて

★ 牛乳は毎日つきます (★ 毎月19日は「食育の日」です)

おもなざいりよう (たべもののはたらき)

赤	緑	黄
おもに体を つくるとなる食品	おもに体の 調子を整え るもとに なる食品	おもに エネルギー のもとに なる食品

エネルギー-kcal/たんぱく質g 小学校 中学校

おしらせ

◎ 食物アレルギーのある方 に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。

◎ 魚の骨には気をつけて 食べてください。

1(木)

はちみつレモンゼリー

ぶたにくのしょうがやき

むぎごはん もすくスープ

たまねぎ こまつな にんじん えのきだけ しょうが

こめ むぎごま さとうあぶらゼリー

603 21.1 711 24.3

2(金)

オムレツ コッパパン

アーモンドサラダ ニョッキのスープ

たまねぎ にんじん キャベツ トマト きゅうり とうもろこし

ベーコン オムレツ

パン (むぎこ-こめこ) ニョッキ さとう アーモンドあぶら

635 24.3 786 28.9

5(月)

ちくぜんに ししゃも フライ

ゆかり むぎごはん かきたまじる

しそ たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ ごぼう たけのこ ねんごん さやいんげん さとう

りんご たまねぎ にんじん かつおぶし かいそう ごぼう チーズ (中学校のみ) ねぎ にんにく きゅうり とうもろこし

625 25.0 807 32.0

6(火)

チーズ (中学校のみ) カラフル かいそうサラダ

りんご たまねぎ にんじん かつおぶし かいそう ごぼう チーズ (中学校のみ) ねぎ にんにく きゅうり とうもろこし

606 22.1 803 29.7

7(水)

きりぼしだいこんの ごまいため

ちくわの いそべあげ

むぎごはん わかめスープ

たまねぎ にんじん えのきだけ きりぼし だいこん こまつな

636 22.0 826 27.0

8(木)

ココア パパロア (中学校のみ)

キャベツの うめかつお たこやき あえ

むぎごはん じゃがいもの チゲふうみそ

たまねぎ にんじん えのきだけ きりぼし だいこん こまつな

602 22.7 774 27.2

9(金)

リースクリーム

スペインの料理

ミートボールの トマトソース

たまねぎ にんじん じゃがいも オリーブゆ さとう レースクリーム

665 28.9 818 35.4

12(月)

れんこん もやし のり じゃこあえ コロック

ごはん はもだんこじる

たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ ごぼう たけのこ ねんごん さやいんげん さとう

619 21.0 755 24.6

13(火)

クチャップソース

ゆでキャベツ

チキンスティック

せわりパン

りんご たまねぎ にんじん かつおぶし かいそう ごぼう チーズ (中学校のみ) ねぎ にんにく きゅうり とうもろこし

652 27.1 807 32.1

14(水)

ひじきとだいずのもの

ごはん おやこどん

たまねぎ にんじん えのきだけ きりぼし だいこん こまつな

644 27.2 765 31.8

15(木)

チキンチキン れんこん

あじつけのり

ごはん ぶたじる

たまねぎ にんじん えのきだけ きりぼし だいこん こまつな

661 25.8 807 30.3

16(金)

りんごジャム

だいこん サラダ

ポークビーンズ

たまねぎ にんじん じゃがいも トマト だいこん さとう ドレッシング りんごジャム

657 27.2 823 33.3

19(月)

あまなつみかんいり フルーツミックス

むぎごはん チキンカレー

たまねぎ にんじん しょうが りんご

690 19.0 - -

20(火)

ゴールドキウイフルーツ

シチリアふうポーク

かぼちゃのポタージュ

りんご たまねぎ にんじん かつおぶし かいそう ごぼう チーズ (中学校のみ) ねぎ にんにく きゅうり とうもろこし

679 26.0 850 31.8

21(水)

はりはりつけ

あじのしおやき

むぎごはん おじゃがもちじる

たまねぎ にんじん えのきだけ きりぼし だいこん きゅうり

604 24.0 720 28.2

22(木)

ちゅうか

サラダ

シューロンポー

たまごスープ

たまねぎ にんじん じゃがいも さとう

607 20.4 807 27.0

23(金)

トンカツソース

ゆでキャベツ

トンカツ

よこわりまるパン

たまねぎ にんじん じゃがいも トマト だいこん さとう ドレッシング りんごジャム

640 26.3 777 30.6

26(月)

ごまあえ

とりにくのてりやき

むぎごはん すたてじる

たまねぎ にんじん しょうが りんご

605 26.8 724 31.4

27(火)

れいとうパン

チーズポテト

にくだんこのスープ

たまねぎ にんじん じゃがいも トマト だいこん さとう

621 22.8 794 28.4

28(水)

かぼちゃ ひきにく ドレッシング フライ

イタリアン ドレッシング サラダ

チキンライス ポトフ

たまねぎ にんじん じゃがいも トマト だいこん さとう

642 18.5 821 22.1

29(木)

こまつなの にびたし

いわしの うめに

むぎごはん じゃがいもの そぼろあん

たまねぎ にんじん じゃがいも さとう でんぶ

650 24.0 822 32.2

30(金)

カレーやさんの なぞドレッシング サラダ

ヨーグルト

ナン

キーマカレー

たまねぎ にんじん トマト にんにく しょうが とうもろこし キャベツ

640 28.0 771 33.4

2023年

7月こんだて

周南市立熊毛学校給食センター

3(月) れいとうみかん はるさめのこますあえ むぎごはん マーポ豆腐	4(火) コロッケ バインパン ごぼうときゅうりのサラダ しゅうなんスープ	5(水) プリン たくあんあえ さわらのしおやき むぎごはん おじゃがもちのみそしる	6(木) チーズ(中学校のみ) カラフルかいそうサラダ むぎごはん ハッシュドポーク	7(金) たなばたゼリー ほしのハンバーグ コッパン ほしのチーズサラダ たなばたスープ
8(土) ぎょうにゅう どうふ あかみそ しらすぼし みかん キャベツ 687 26.5 80.9 30.5	9(日) ぎょうにゅう バインアップル パン(こむぎこめこ) なす さとう コロッケ あぶら マヨネーズ 664 21.6 86.4 26.9	10(月) ぎょうにゅう にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ たくあん むぎみそ わかめ さわら 644 22.7 76.2 26.5	11(火) イタリアンドレッシング サラダ むぎごはん カラフルまめカレー 642 20.0 81.2 26.2	12(水) たまねぎ にんじん じゃがいも あぶら さとう アーモンド ドレッシング 631 24.0 81.0 30.9
13(木) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5	14(金) しろみざかなのパーベキューソース コーンチャウダー 664 21.6 86.4 26.9	15(土) イタリアンドレッシング サラダ むぎごはん カラフルまめカレー 644 22.7 76.2 26.5	16(日) やさいだん? むぎごはん じゃがいものみそしる 642 20.0 81.2 26.2	17(月) トンカツソース ロイヤルカツ チキンヌードルスープ 631 24.0 81.0 30.9
18(火) たけのこ ほししいたけ にんじん たまねぎ きゅうり ちゅうかづけ ギョーザ 630 26.5 78.0 31.0	19(水) にんじん たまねぎ ぶなしめじ とうもろこし パセリ りんご にんにく 672 26.4 84.7 32.6	20(木) にんじん ズッキーニ たまねぎ あかパプリカ きパプリカ とうもろこし キャベツ 671 24.8 80.0 28.5	21(金) たまねぎ にんじん ねぎ なす ビーマン しょうが ゼリー 626 21.5 77.0 24.6	22(土) たまねぎ にんじん ゼリー マカロニ あぶら ロイヤルカツ パーガーをつくらう! 670 24.5 80.7 29.0
23(日) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5	24(月) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5	25(火) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5	26(水) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5	27(木) むぎごはん サンラータン 637 26.5 80.9 30.5

今月の給食目標

健康には、栄養・運動・休養が深く関係します。
夏休みも規則正しい生活を続けて、健康によい生活リズムを作りましょう。

スタート

起床

決まった時間に起きる

朝ごはん

必ず食べよう

給食(屋ごはん)

好ききらいせず食べるとういね

睡眠

決まった時間に寝て十分に睡眠をとろう

栄養・運動・休養のバランスのとれた健康生活!!

運動(遊び)

外で体を動かして遊ぶ

夕ごはん

栄養バランスを考えて食べよう

おやつ

時間を決めて量を考えて食べよう

酸辣湯 サンラータン

夏におすすめ!! 酸味が体にうれしい!!

材料(4人分)

- 鶏肉 40g
- 卵 1個
- たけのこ水煮 20g
- 干し椎茸 1枚
- 人参 40g
- 玉ねぎ 80g
- 中華スープの素 小さじ2
- 酒 小さじ1
- 濃口しょうゆ 小さじ1.5
- 塩・こしょう 少々
- 酢 小さじ1

作り方

- ① 野菜は千切りにする。
- ② 水(500cc)に野菜を入れ煮る。
- ③ 調味料を入れる。
- ④ とき卵を入れる。

最後に酢を入れる。

中華料理の酸辣湯(サンラータン)は、酸味が特徴のスープです。お好みで酢を調節してください。中華麺やそうめんを入れてもおいしいですよ。

● 周南市では、児童生徒に栄養バランスのとれた安心・安全な学校給食を安定的に提供していくために、今年度、給食費の改定を検討しています。
● 学校給食費(7月)の納付期限は7月31日(月)、学校給食費(8月)の納付期限は8月31日(木)です。口座振替の方は、前日までに残高確認をお願いいたします。

令和5年度 9月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

9月1日 (金曜日)				9月4日 (月曜日)				9月5日 (火曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)
			小学校				中学校				小学校
背割りパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	小コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45
		パン加工費 縦横スライス 全規格	1			強化米	0.21			県産米粉パン(県小麦+米65g)	0
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			新麦	7			牛乳	206.4
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			精白米	0			なすのスバゲッティ	30
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	マーボ豆腐		強化米	0	豚肉ももミンチ		強化米	0
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			新麦	0			便利とうふ	100
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			新麦	0			豚肉ももミンチ	20
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			精白米	0				
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	酒 *	1	干しいたけスライス国産 ↓	1	青ねぎ	5	にんじん	15
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	にんにく	0.6	しょうが	0.6	トマトケチャップ 1kg	0	青ピーマン	3
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	しょうが	0.6	にんにく	0.6	トマトケチャップ 3kg	12	にんにく 周南市産	0.3
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	にんにく	0.6	青ねぎ	5	トマトソース 3kg(フィルムパック)	2	オリーブ油 *	1
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	赤みそ ト♪	5	三温糖 *	0.3	トマトソース *	1.9	トマトソース *	2.2
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			三温糖 *	1.2	コンソメゴールド *	0.2	コンソメゴールド *	0.2
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	乾燥パセリ	0.01			食塩 *	0.1	食塩 *	0.1
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	コンソメゴールド *	1			こしょう *	0.02	こしょう *	0.02
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	白ワイン *	0.5	中薬スープ *	0.9	かりふ海菜サラダ*	15	かりふ海菜サラダ*	15
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	食塩 *	0.1	でんぶん1kg *	2		15	かりふ海菜サラダ*	15
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	こしょう *	0.02	純正 ごま油 *	2		5	かりふ海菜サラダ*	5
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	こしょう *	0.02	水	39		18	かりふ海菜サラダ*	18
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	春雨のごま酢あえ	5	カツお豆腐春雨	5	海菜サラダ*	1	海菜サラダ*	1
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			キャベツ	30	ロースターモト細切	3	ロースターモト細切	3
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			にんじん	5	冷凍カネル(ホル)コーン	7	冷凍カネル(ホル)コーン	7
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			しらす干し乾燥品(国産)	3	きのなる野菜ジュース	7.5	きのなる野菜ジュース	7.5
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	冷凍カツパイン40g	40	白すりごま	0.5		9		9
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			穀物酢 *	2		125		125
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			三温糖 *	1.3				
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			こいくちしょうゆ *	1.5				
牛乳 ラピオリスープ②		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			純正 ごま油 *	0.3				
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0			食塩 *	0.09				
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			冷凍パイン 40g	40				
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0								
ゆかり麦ごはん/1皿160g		精白米	68.3	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	横割り丸パン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3
		強化米	0.2			強化米	0.21			パン加工費 縦横スライス 全規格	1
		新麦	6.8			新麦	7			パン加工費 丸 全規格	1
		ゆかりソノダケ150g	1.56			精白米	0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0
		精白米	0			強化米	0			パン加工費 縦横スライス 全規格	0
		強化米	0			新麦	0			パン加工費 丸 全規格	0
		新麦	0			新麦	0			パン加工費 丸 全規格	0
		ゆかりソノダケ150g	0	牛乳	206.4	飲用牛乳200ml	206.4	牛乳	206.4	飲用牛乳200ml	206.4
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	肉チキンカレー	206.4	鶏肉手羽スライス	25	ミネストローネ(シエル)	5	ベーコン(短冊)	5
豚汁		豚肉ももスライス	15			にんじん	20			じゃがはいも	35
		木綿豆腐 県産大豆使用400g	35			たまねぎ	50			たまねぎ	35
		たまねぎ	20			サラダ油 *	0.5			じゃがはいも	35
		さつまいも	25			にんにく	0.5			セロリー	3
		切こんにやく *	10			しょうが	0.5			にんじん	5
		にんじん	10			ハーモントフレック給食用	10			にんにく	0.3
		ささがきごぼう	8			SBティナーカレーフレック	5			トマト水煮タイス(1号缶)	20
		青ねぎ	5			アルゲンツリーカレーフレックN(SB)	1			食塩 *	0.3
		薬みそ *	11			すりおろしりんご	4			オリーブ油 *	0.5
		煮干し	4			白ワイン *	1			コンソメゴールド *	1
		水	120			トマトケチャップ 3kg	2			こしょう *	0.02
発芽玄米入りつくね		発芽玄米入り平つくね50g	50			トマトケチャップ 1kg	0			こいくちしょうゆ *	1.3
		発芽玄米入り平つくね60g	0			ウスターソース *	1			白ワイン *	0.5
		キャベツ	20			水	85			三温糖 *	0.2
おかかあえ		もやし	30	アロエ入りフルーツミックス	30	みかん(缶)	25	白身魚フライ(バーガー用)	50	水	70
		にんじん	5			パイン(缶)	20			白身魚フライ(バーガー用)	0
		花かつお	0.5			黄桃(缶)	20			菜種白絞油	0
		こいくちしょうゆ *	2.3			甘みあっさり アロエダイスカッ	20			キャベツ	0
		三温糖 *	0.5	Φバリッシュ	5	ハリッシュ5g	0	キャベツのマヨネーズあえ	30	キャベツ	30
								冷凍みかん	80	L&Mマヨネーズタイプ 1kg	7
										冷凍みかんM	80

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 9月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

9月11日 (月曜日)				9月12日 (火曜日)				9月13日 (水曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	黒糖パン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0
		強化米	0.21	0			黒糖(パン混入用)	11.7	0			強化米	0.21	0
牛乳		新麦	7	0	肉団子のスープ		パン加工費 混入1類	1	0	牛乳		新麦	7	0
		精白米	0	90			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85			精白米	0	90
かきたま汁		強化米	0	0.27	安心素材ミートボール		黒糖(パン混入用)	0	17	酢豚②		強化米	0	0.27
		新麦	0	9			パン加工費 混入1類	0	1			新麦	0	9
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	キャベツ		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4
		鶏卵 L(山口県内産)	25	30			安心素材ミートボール	30	36			ホークライト	35	42
さばの塩焼き40・50g		たまねぎ	30	36	じゃがいも		キャベツ	25	30	菜種白絞油		たまねぎ	55	66
		にんじん	10	12			もやし	20	24			にんじん	25	30
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		青ねぎ	5	6	ベーコン(短冊)		にんじん	10	12	青ピーマン		青ねぎ	8	9.6
		木綿豆腐 県産大豆使用400g	40	48			たまねぎ	20	24			たけのこ水煮(1斗缶)	10	12
きゅうり		純だし*	0.33	0.4	角切りチーズ4~5mm角*		干しいたけスライス国産♪	0.5	0.6	干しいたけスライス国産♪		干しいたけスライス国産♪	1	1.2
		こいくちしょうゆ*	3	3.6			青ねぎ	3	3.6			うずら卵水煮(チルド)	20	24
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		食塩*	0.13	0.16	乾燥パセリ		中巻スープ*	1	1.2	サラダ油*		サラダ油*	0.5	0.6
		でんぶん1kg*	1	1.2			食塩*	0.15	0.18			トマトチャップ3kg	4	4.8
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		本みりん*	0.3	0.36	バター 有塩バター*		こしょう*	0.02	0.02	*中華サラダ*		トマトチャップ1kg	0	0
		水	110	132			酒*	0.5	0.6			酒*	1	1.2
さばの塩焼き40・50g		さば切身塩水漬け40g(1%塩水)	40	0	こしょう*		酒*	0.5	0.6	三温糖*		三温糖*	1	1.2
		さば切身塩水漬け50g(1%)	0	50			水	137	164.4			こいくちしょうゆ*	3	3.6
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		キャベツ	35	42	豆乳パンナコッタ		水	137	164.4	*中華サラダ*		こいくちしょうゆ*	3	3.6
		きゅうり	20	24			じゃがいも	50	60			水	20	24
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		塩昆布(細切り)	1.4	1.68	豆乳パンナコッタ		ベーコン(短冊)	3	3.6	*中華サラダ*		キャベツ	30	36
		こいくちしょうゆ*	0.5	0.6			角切りチーズ4~5mm角*	5	6			きゅうり	15	18
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		キャベツ	35	42	豆乳パンナコッタ		乾燥パセリ	0.01	0.01	*中華サラダ*		にんじん	5	6
		きゅうり	20	24			バター 有塩バター*	0.5	0.6			三温糖*	1	1.2
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		塩昆布(細切り)	1.4	1.68	豆乳パンナコッタ		こしょう*	0.01	0.01	*中華サラダ*		穀物酢*	3.5	4.2
		こいくちしょうゆ*	0.5	0.6			食塩*	0.2	0.24			こいくちしょうゆ*	2.3	2.76
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		キャベツ	35	42	豆乳パンナコッタ		食塩*	0.2	0.24	*中華サラダ*		純正 ごま油*	0.5	0.6
		きゅうり	20	24			豆乳パンナコッタ(はちみつレモン)	40	40			食塩*	0.05	0.06
塩昆布あえ(キャベツ、きゅうり)		塩昆布(細切り)	1.4	1.68	豆乳パンナコッタ		豆乳パンナコッタ(はちみつレモン)	40	40	*中華サラダ*		マラーカオ	0	40
		こいくちしょうゆ*	0.5	0.6										

中国の料理

9月14日 (木曜日)				9月15日 (金曜日)				9月19日 (火曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	0	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	0
		強化米	0.21	0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85
牛乳		新麦	7	0	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4
		精白米	0	90			鶏肉手羽スライス	20	24			なすのトマトスープ	15	18
肉じゃが		強化米	0	0.27	クリームシチュー		にんじん	15	18	なすのトマトスープ		鶏肉ももスライス	20	24
		新麦	0	9			たまねぎ	40	48			なす 周南市産	20	24
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	シャキシャキひじきサラダ*		じゃがいも	50	60	なすのトマトスープ		冷にんじん 周南市産 干切り	10	12
		豚肉ももスライス	20	24			サラダ油*	0.5	0.6			たまねぎ 周南市産	35	42
肉じゃが		じゃがいも	70	84	クリームシチュー		サラダ油*	0.5	0.6	なすのトマトスープ		パセリ* 養生(県内産)	0.5	0.6
		たまねぎ	50	60			クリームシチュー	8	9.6			山口県産 冷凍カットトマト	15	18
牛乳		にんじん	15	18	SBシチューフレークN(アレルギーフリー)		SBシチューフレークN(アレルギーフリー)	0.5	0.6	なすのトマトスープ		にんにく 周南市産	0.3	0.36
		余こんにゃく	30	36			調理用牛乳1L	35	42			三温糖*	0.2	0.24
肉じゃが		冷凍かつさやいんげん	5	6	こしょう*		こしょう*	0.02	0.02	なすのトマトスープ		コンソメゴールド*	1.5	1.8
		サラダ油*	0.5	0.6			水	45	54			食塩*	0.3	0.36
肉じゃが		三温糖*	2.5	3	乾燥芽ひじき 国産		乾燥芽ひじき 国産	1.2	1.44	なすのトマトスープ		こしょう*	0.02	0.02
		純だし*	0.38	0.46			れんこんスライス 県産	15	18			こいくちしょうゆ*	1.3	1.56
肉じゃが		こいくちしょうゆ*	6	7.2	冷やし中華		冷やし中華	10	12	なすのトマトスープ		オリブ油*	0.5	0.6
		酒*	1	1.2			れんこんスライス 県産	15	18			昭ちゃんコロッケ	50	50
肉じゃが		水	15	18	冷やし中華		にんじん	5	6	なすのトマトスープ		菜種白絞油	5	5
		キャベツ	40	48			冷凍 むぎ枝豆(国産)	10	12			昭ちゃんコロッケ50g(牛肉コロ)	50	50
肉じゃが		冷凍かつ小松菜	10	12	冷やし中華		まぐろ水煮フレーク	10	12	なすのトマトスープ		もやし	25	30
		冷凍ホールコン(国産)	10	12			L&Mマヨネーズタイプ1kg	4	4.8			冷にんじん 県内産 干切り	5	6
肉じゃが		しらす干し乾燥品(国産)	2	2.4	冷やし中華		笑顔でランチ香りごまとレッシング	3	3.6	なすのトマトスープ		ほうれんそう 周南市産	12	14.4
		サラダ油*	0.5	0.6			夏みかんジャム(県産)					野菜いっぱいレッシング 和風1L	5	6
肉じゃが		コンソメゴールド*	0.4	0.48	冷やし中華					なすのトマトスープ		甘夏みかんジャム 県産	15	15
		こいくちしょうゆ*	0.2	0.24										
肉じゃが		食塩*	0.17	0.2	冷やし中華					なすのトマトスープ				
		こしょう*	0.01	0.01										
肉じゃが		酒*	0.3	0.36	冷やし中華					なすのトマトスープ				
		やまぐちさんちの 玉子焼50g	0	50										
肉じゃが		1食大判のり	5	5	冷やし中華					なすのトマトスープ				
		練り梅5g	5	5										

ひじきの日

「がぶっ!と食べよう山口」
県産100%献立

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物+だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小イカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 9月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

9月20日 (水曜日)				9月21日 (木曜日)				9月22日 (金曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	ナン		ナン70g	70	0
		強化米	0.21	0			強化米	0.21	0			ナン100g	0	100
		新麦	7	0			新麦	7	0			牛乳	206.4	206.4
		精白米	0	90			精白米	0	90			キーマカレー②	40	48
		強化米	0	0.27			強化米	0	0.27			鶏肉ももミンチ	80	96
		新麦	0	9			新麦	0	9			たまねぎ	20	24
		新麦	0	9			新麦	0	9			トマト水煮タケイ(1号缶)	10	12
牛乳		206.4	206.4	牛乳		206.4	206.4	206.4	206.4	206.4		206.4	206.4	
湯葉のすまし汁		木綿豆腐 県産大豆使用400g	30	36	とうがんの卵スープ②		便利とうろふ	35	42	れん豆 トライパック		れん豆 トライパック	15	18
		冷凍カット湯葉	5	6			鶏卵 (国産)	30	36			にんにく	0.3	0.36
		長かま(白)	10	12			*とうがん	25	30			しょうが	0.5	0.6
		にんじん	8	9.6			にんじん	10	12			バーモントフレーク給食用	13	15.6
		たまねぎ	25	30			青ねぎ	5	6			アルゲンチナカレーフレークN(SB)	0.5	0.6
		えのきたけ	10	12			干しいたけスライス国産♪	0.5	0.6			コンソメゴールド*	0.3	0.36
		青ねぎ	3	3.6			こいくちしょうゆ*	1.5	1.8			ウスターソース*	0.3	0.36
		混合削り節(だし用)	1	1.2			酒*	0.5	0.6			冷凍ロールコン(国産)	20	24
		だし昆布	1.5	1.8			中華スープ*	1	1.2			キャベツ	25	30
		水	120	144			食塩*	0.01	0.01			にんじん	5	6
さわらの西京焼き		食塩*	0.1	0.12	スタミナ炒め②		こしょう*	0.01	0.01	ロールケーキ(いちご)		イト加一農さんの謎ドレッシング	8	9.6
		うすくちしょうゆ*	3	3.6			豚肉ももスライス	20	24			カットロール(いちご)	20	20
		こいくちしょうゆ*	1	1.2			酒*	0.4	0.48					
		酒*	0.5	0.6			こいくちしょうゆ*	0.4	0.48					
		さわら西京焼40g	40	0			たまねぎ	15	18					
		さわら西京焼50g	0	50			キャベツ	20	24					
		みずな 葉生*	30	36			もやし	10	12					
		にんじん	10	12			にんじん	5	6					
		刻み油揚げ	5	6			青ピーマン	5	6					
		純だし*	0.13	0.16			しょうが	0.2	0.24					
水菜と油揚げの炊いたん(京都)		本みりん*	0.5	0.6	サラダ油*	0.3	0.36							
		三温糖*	0.3	0.36	トウバンジャン130g程度*	0.2	0.24							
		こいくちしょうゆ*	1.3	1.56	赤みそ♪♪	1.5	1.8							
		水	10	12	三温糖*	0.4	0.48							
					こいくちしょうゆ*	1.2	1.44							
					食塩*	0.1	0.12							
					でんぶん1kg*	0.2	0.24							
					元氣ヨーグルト70g	70	70							
					ヨーグルト									

京都府の料理

9月25日 (月曜日)				9月26日 (火曜日)				9月27日 (水曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	小こっぺパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0
		強化米	0.21	0			県産米粉パン(県小麦+米65g)	0	65			強化米	0.21	0
		新麦	7	0			牛乳	206.4	206.4			新麦	7	0
		精白米	0	90			焼きそば	28	33.6			精白米	0	90
		強化米	0	0.27			焼肉ももスライス	15	18			強化米	0	0.27
		新麦	0	9			長かま(白)	15	18			新麦	0	9
		新麦	0	9			にんじん	10	12			牛乳	206.4	206.4
牛乳		206.4	206.4	キャベツ	40	48	中華丼	15	18					
みそ汁(じゃがいも)		木綿豆腐400g◆	40	48	たまねぎ	15	18	豚肉ももスライス	20	24				
		刻み油揚げ	5	6	もやし	30	36	かのこいか短冊	15	18				
		じゃがいも	30	36	サラダ油*	1	1.2	たまねぎ	40	48				
		たまねぎ	20	24	オタクお好みソース2.1kg	8	9.6	にんじん	15	18				
		青ねぎ	5	6	ウスターソース*	3	3.6	冷凍カットゲンサイ	30	36				
		かつわかめ	0.5	0.6	コンソメゴールド*	0.4	0.48	たけのこ水煮(1斗缶)	14	16.8				
		麦みそ*	11	13.2	こしょう*	0.02	0.02	きくらげ 乾 スライス 県産	0.5	0.6				
		煮干し	3	3.6	冷干切りごぼう	20	24	純正 ごま油*	2	2.4				
		新黒はんぺんフライ	40	40	きゅうり	20	24	でんぶん1kg*	3	3.6				
		菜種白絞油	4	4	にんじん	5	6	三温糖*	1.5	1.8				
黒はんぺんフライ		切干し大根千切り	4	4.8	ごぼうサラダ		まぐろ水煮フレーク	5	6	こいくちしょうゆ*		こいくちしょうゆ*	9.6	11.52
		にんじん	5	6			笑顔でゲンチ香りごまドレッシング	8	9.6			中華スープ*	0.4	0.48
		きゅうり	10	12			L&Mマヨネーズタイプ1kg	3	3.6			酒*	1	1.2
		こいくちしょうゆ*	1	1.2			ウイナー-20g(県産)	0	20			水	35	42
		穀物酢*	1	1.2			ウイナー					きゅうり	25	30
		純正 ごま油*	0.5	0.6								もやし	20	24
		三温糖*	0.2	0.24								福ささみ水煮フレーク	8	9.6
		スナックアーモンド10g	0	10								棒々鶏ドレッシング	6.7	8.04
												アセロゼリー	40	40

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 9月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

9月28日 (木曜日)				9月29日 (金曜日)							
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)
			小学校				中学校				小学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3				
		強化米	0.21			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85			
		新麦	7	牛乳		206.4	206.4				
		精白米	0	ジュリアンスープ		5	6				
		強化米	0			たまねぎ	30	36			
		新麦	0			にんにく	15	18			
		牛乳	206.4	206.4		キャベツ	35	42			
		団子汁				セロリー	8	9.6			
						冷凍ホールコーン(国産)	10	12			
						こいくちしょうゆ*	2	2.4			
			コンソメゴールド*	1	1.2						
			食塩*	0.2	0.24						
			こしょう*	0.02	0.02						
			白ワイン*	0.5	0.6						
			白身魚のハーベキューソース(2)	50	60						
			たら角切り(粉つき)	5	6						
			菜種白絞油	7.4	8.88						
			すりおろしりんご	3.5	4.2						
			たまねぎ	0.2	0.24						
			にんにく	7.4	8.88						
			トマトチャップ3kg	0	0						
			トマトチャップ1kg	3	3.6						
			ウスターソース*	2	2.4						
			こいくちしょうゆ*	1.8	2.16						
			酒*	1.8	2.16						
			三温糖*	52	52						
			ネーブルオレンジ1/4個								
			ネーブルオレンジ56玉(正味209g)								
			酒*	1	1.2						
			でんぶん1kg*	0.5	0.6						
			お月見ゼリー(鉄・Ca)	50	50						
			すこやかふりかけ(のり)	2	2						
お月見献立											
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(a)
			小学校				小学校				小学校
			中学校				中学校				中学校

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 10月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

10月2日 (月曜日)				10月3日 (火曜日)				10月4日 (水曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0
		強化米	0.21	0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85			強化米	0.21	0
		新麦	7	0			牛乳	206.4	206.4			新麦	7	0
		精白米	0	90			ニョッキのスープ②	30	36			精白米	0	90
		強化米	0	0.27				5	6			強化米	0	0.27
		新麦	0	9				30	36			新麦	0	9
		牛乳	206.4	206.4				10	12			牛乳	206.4	206.4
		ビーフンスープ	5	6				20	24			カレー豆腐	115	138
			10	12				0.2	0.24			豚肉ももシチ	20	24
			35	42				1	1.2			たまねぎ	50	60
	10	12		0.02	0.02	にんじん	15	18						
	5	6		1	1.2	干しいたけスライス(国産)	0.2	0.24						
	0.9	1.08		30	36	しょうが	0.3	0.36						
	2	2.4		30	36	にんにく	0.3	0.36						
	1	1.2		0.01	0.01	サラダ油*	0.5	0.6						
	0.09	0.11		5	6	パーム油*	4	4.8						
	0.02	0.02		5	6	アルゲンチーナ(アルゲンチーナ)	0.4	0.48						
	120	144		1.2	1.44	特製カレーパウダー	0.05	0.06						
	30	0		0.5	0.6	三温糖*	1	1.2						
	0	60		0.02	0.02	こいくちしょうゆ*	4	4.8						
	15	18		0.2	0.24	中華スープ*	0.5	0.6						
	30	36		0.5	0.6	酒*	0.3	0.36						
	1.3	1.56		11	11	キャベツ	40	48						
	0.4	0.48				冷凍カット小松菜	10	12						
	1	1.2				冷凍ホールコーン(国産)	10	12						
	1.6	1.92				しらす干し乾燥品(国産)	2	2.4						
	30	30				サラダ油*	0.5	0.6						
						コンソメゴールド*	0.4	0.48						
						こいくちしょうゆ*	0.2	0.24						
						食塩*	0.17	0.2						
						しょうゆ*	0.01	0.01						
						酒*	0.3	0.36						
						りんご 生	39.12	39.12						
						★りんご(1/8個)								

鹿児島県の料理(国体)

目の愛護デー

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 10月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

10月11日 (水曜日)				10月12日 (木曜日)				10月13日 (金曜日)					
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		
			小学校				中学校				小学校	中学校	小学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3		
		強化米	0.21			強化米	0.21			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0.85		
		新麦	7			新麦	7			牛乳	206.4		
		精白米	0			精白米	0			肉団子のスープ	90		
		強化米	0			強化米	0			安心素材ミートボール	25		
		新麦	0			新麦	0			キャベツ	25		
		牛乳	206.4			牛乳	206.4			もやし	20		
		もずくスープ②				塩めきもずく(チルド)	35			かのごいか短冊	25	にんじん	10
						長かま(白)	10			かのごいか短冊	20	たまねぎ	20
						刻み油揚げ	7			うずら卵水煮(チルド)	20	干しいたけスライス国産♪	0.5
		たまねぎ	30	たけのこ水煮(県内産X1斗缶)	15	青ねぎ	3						
		冷凍かつおチンゲンサイ	10	冷凍かつおさやいんげん	10	こいくちしょうゆ*	3						
		にんじん	10	たまねぎ	40	中華スープ*	1						
		えのきたけ	10	にんじん	20	食塩*	0.15						
		中華スープ*	1	じゃがいも	60	こしょう*	0.02						
		こいくちしょうゆ*	1.8	しょうが	0.3	酒*	0.5						
		食塩*	0.1	干しいたけスライス国産♪	0.5	水	137						
		こしょう*	0.02	中華スープ*	1	リヨネーズポテト	164.4						
		水	115	サラダ油*	0.5	じゃがいも	50						
ソースカツ丼(カツ)		トンカツ60g	50	こいくちしょうゆ*	1.5	ベーコン(短冊)	5						
		菜種白絞油	5	三温糖*	1.5	たまねぎ	25						
		ウスターソース*	5	酒*	1	乾燥パセリ	0.05						
		こいくちしょうゆ*	5	豚肉ももスライス	30	マイクックG(調理用マーガリン)500g	1.7						
		本みりん*	2	白菜キムチ カット	10	食塩*	0.3						
		三温糖*	0.5	干切だいこん漬	5	こしょう*	0.01						
		キャベツ	35	たまねぎ	20	ネーブルオレンジ56玉(正味209g)	52						
ゆでキャベツ		キャベツ	42	にんじん	5	ネーブルオレンジ1/4個	52						
レモンゼリー		国産レモンゼリー(鉄・Ca)	50	こいくちしょうゆ*	0.2	レーズンクリーム	10						
				酒*	0.3	丸和油脂 レーズンクリーム10g	10						
				純正 ごま油*	0.3								

新人戦がんばろう!
ソースカツ丼

10月16日 (月曜日)				10月17日 (火曜日)				10月18日 (水曜日)					
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		
			小学校				中学校				小学校	中学校	小学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	麦ごはん(4~11月)		精白米	70		
		強化米	0.21			強化米	0.21			強化米	0.21		
		新麦	7			新麦	7			新麦	7		
		精白米	0			精白米	0			精白米	0		
		強化米	0			強化米	0			強化米	0		
		新麦	0			新麦	0			新麦	0		
		牛乳	206.4			牛乳	206.4			牛乳	206.4		
		マーボ豆腐				便利とうふ	100			マーボ豆腐		鶏肉ももミンチ	15
						豚肉ももミンチ	20			じゃがいも	50	ちくわ 並	10
						酒*	1			ぶなしめじ	8	生揚げ	30
		干しいたけスライス国産♪	1	冷凍白いんげん豆ピューレ	10	じゃがいも	60						
		しょうが	0.6	にんにく	0.2	じゃがいも	40						
		にんにく	0.6	コンソメゴールド*	0.5	たまねぎ	40						
		青ねぎ	5	ハウス ハヤシルウ フレーク	8	にんじん	15						
		にんじん	15	トマトケチャップ3kg	2	切こんにやく*	15						
		たまねぎ	55	トマトケチャップ1kg	0	冷凍 むぎ枝豆(国産)	5						
		赤みそト	5	白ワイン*	1	三温糖*	1.3						
		こいくちしょうゆ*	2	サラダ油*	0.5	こいくちしょうゆ*	5.5						
		トウモロコシ130g程度*	0.15	水	80	酒*	1						
		三温糖*	1	キャベツ	20	純だし*	0.26						
		中華スープ*	0.9	きゅうり	20	てんぷん1kg*	1						
		でんぷん1kg*	2	にんじん	5	冷凍かつほうれん草	30						
		純正 ごま油*	2	冷凍カーネル(ホール)コーン	5	もやし	20						
		水	39	チキンハム短冊	10	にんじん	3						
炒めビーフン		ケミン ビーフン	6	刻み昆布国産	0.2	白すりごま	3						
		平天	10	糸がきかつお	0.7	こいくちしょうゆ*	1.7						
		キャベツ	10	三温糖*	0.8	穀物酢*	3						
		たまねぎ	25	こいくちしょうゆ*	0.7	三温糖*	1.4						
		にんじん	5	サラダ油*	2	食塩*	0.1						
		中華スープ*	0.2	穀物酢*	2	いわしの梅煮30g(小泉)	0						
		こいくちしょうゆ*	0.8	食塩*	0.1	和梨ゼリー	30						
		食塩*	0.1	こしょう*	0.01								
		こしょう*	0.01	チーズCa+Fe14g	0								
		サラダ油*	0.3										
キウイフルーツ(1/2個)		キウイフルーツ 33玉	45										

サラダで元気
(1年:国語)

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 10月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

10月19日 (木曜日)				10月20日 (金曜日)				10月23日 (月曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
ごはん 牛乳 かきたま汁		精白米	72.5	0	中華パーンズ		中華パーンズ(小)30g	30	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0
		強化米	0.22	0			中華パーンズ(中)40g	0	40			強化米	0.21	0
		精白米	0	100			牛乳	206.4	206.4			新麦	7	0
		強化米	0	0.3			血うどん(うずら卵)	20	0			精白米	0	90
		飲用牛乳200ml	206.4	206.4			血うどん類 20g	20	0			強化米	0	0.27
		鶏卵 L(山口県内産)	25	30			血うどん類 30g	0	30			新麦	0	9
		たけのこ水煮(県内産)X1斗缶	10	12			長かま(白)	10	12			飲用牛乳200ml	206.4	206.4
		冷にんじん 県内産 干切り	10	12			かのこいか短冊	15	18			牛乳		
		ほうれんそう 周南市産	20	24			うずら卵水煮(チルド)	20	24			トチキンカレー		
		木綿豆腐 県産大豆使用400g	40	48			にんじん	15	18			にんじん	25	30
純だし*	0.33	0.4	キャベツ	30	36	たまねぎ	50	60						
こいくちしょうゆ*	3	3.6	たまねぎ	25	30	じゃがいも	50	60						
食塩*	0.13	0.16	もやし	30	36	サラダ油*	0.5	0.6						
でんぷん1kg*	1	1.2	青ねぎ	3	3.6	にんにく	0.5	0.6						
本みりん*	0.3	0.36	中華スープ*	0.7	0.84	しょうが	0.5	0.6						
水	110	132	こいくちしょうゆ*	2	2.4	ハーモントフレック給食用	10	12						
山口さんちの鶏肉が炙りかつお粉付	40	48	食塩*	0.29	0.35	SBデイナーカレーフレーク	5	6						
チキンチキンれんこん		菜種白絞油	4	4.8	穀物酢*	0.3	0.36	アルゲンツリーカレーフレークN(SB)	1	1.2				
		れんこんスライス 県産	20	24	こしょう*	0.02	0.02	すりおろしりんご	4	4.8				
		青ねぎ 県内産	7	8.4	でんぷん1kg*	2.6	3.12	白ワイン*	1	1.2				
		三温糖*	1.5	1.8	純正 ごま油*	0.5	0.6	トマトケチャップ3kg	2	2.4				
		こいくちしょうゆ*	4	4.8	水	53	63.6	トマトケチャップ1kg	0	0				
		本みりん*	2.7	3.24	豚肉もも角切り	50	60	ウスターソース*	1	1.2				
		酒*	1.4	1.68	三温糖*	3	3.6	水	85	102				
		白いりごま	0.8	0.96	こいくちしょうゆ*	3	3.6	みかん(缶)	25	30				
		水	5	6	酒*	3	3.6	ハイン(缶)	20	24				
		味付けのり(県産)	1.25	1.25	本みりん*	0.5	0.6	黄桃(缶)	20	24				
			元氣ヨーグルト70g	70	70	甘味あつさり ナタデココ	20	24						

「かぶっ!と食べよう山口」
県産100%献立

長崎県の料理

10月24日 (火曜日)				10月25日 (水曜日)				10月26日 (木曜日)						
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校
小背割りパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	0
		パン加工費 縦横スライス 全規格	1	0			強化米	0.21	0			強化米	0.21	0
		県産米粉パン(県小麦+米65g)	0	65			新麦	7	0			新麦	7	0
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	1			精白米	0	90			精白米	0	90
		牛乳	206.4	206.4			強化米	0	0.27			強化米	0	0.27
		サーモンシチュー	30	36			新麦	0	9			新麦	0	9
		冷凍鮭角切り	10	12			飲用牛乳200ml	206.4	206.4			牛乳	206.4	206.4
		水煮大豆(国産)	12	14.4			なめこのみそ汁(2)	10	12			ワンタンスープ	15	18
		たまねぎ	40	48								肉包ワンタン	20	24
		じゃがいも	50	60								冷凍カットゲンサイ	10	12
サラダ油*	0.5	0.6				にんじん	10	12						
クリームシチュー	8	9.6				もやし	20	24						
SBシチューフレークN(アルゲンツリー)	0.5	0.6				たまねぎ	20	24						
調理用牛乳1L	35	42				干しいたけスライス国産少	0.5	0.6						
こしょう*	0.02	0.02				中華スープ*	1	1.2						
白ワイン*	0.5	0.6				こいくちしょうゆ*	2	2.4						
水	45	54				こしょう*	0.03	0.04						
トマトチリピーズ(カナダ)	15	18				食塩*	0.1	0.12						
水煮大豆(国産)	15	18	さばの塩焼き40~50g	40	0	酒*	0.5	0.6						
カットウイナー(ペスト)	15	18				純正 ごま油*	0.3	0.36						
たまねぎ	30	36				水	120	144						
にんにく	0.1	0.12	塩昆布あえ(けはづ, きゅうり)	30	36	エビチリ	40	48						
冷凍カーネル(ホール)コーン	10	12				菜種白絞油	4	4.8						
サラダ油*	0.3	0.36				たまねぎ	25	30						
トマトケチャップ3kg	6.5	7.8				青ねぎ	2	2.4						
トマトケチャップ1kg	0	0				しょうが	0.3	0.36						
カゴメトマトピューレ(フィルムパック)3kg	4	4.8				にんにく	0.3	0.36						
チリパウダー	0.45	0.54				トマトケチャップ1kg	0	0						
三温糖*	0.3	0.36				トマトケチャップ3kg	14	16.8						
水	5	6				トウハンジャン130g程度*	0.2	0.24						
メープルマフィン	25	25				三温糖*	0.5	0.6						
						水	7	8.4						
						冷凍ブロック	33	39.6						
						食塩*	0.5	0.6						
						液体ミルクコーヒ	12.5	12.5						

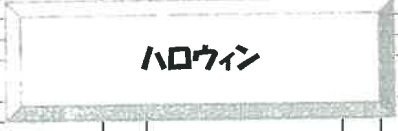
カナダの料理

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 10月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

10月27日 (金曜日)					10月30日 (月曜日)					10月31日 (火曜日)					
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)		
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校	小学校
横割り丸パン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	0	まいたけごはん		精白米	67.6	0	小抹茶揚げパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45	0	
		パン加工費 縦横スライス 全規格	1	0			強化米	0.2	0			菜種白絞油	4.6	0	
		パン加工費 丸 全規格	1	0			まいたけごはんの菜(三島)	22.5	0			さやま茶(粉)	0.2	0	
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0	85			精白米	0	89.1			三温糖*	5	0	
牛乳		パン加工費 縦横スライス 全規格	0	1	強化米	0	0.27	食塩*	0.07	0	牛乳		県産米粉パン(県小麦+米65g)	0	65
		パン加工費 丸 全規格	0	1	まいたけごはんの菜(三島)	0	27	県産白絞油	0	6.8					
		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	飲用牛乳200ml	206.4	206.4	さやま茶(粉)	0	0.3					
		大豆と野菜の煮物②	15	18	水漬大豆(国産)	10	12	三温糖*	0	7.5					
ラビオリススープ②		冷凍ラビオリ	35	42	鶏肉もも角切り	10	12	食塩*	0	0.11	牛乳 ボトフ③		飲用牛乳200ml	206.4	206.4
		じゃがいも	30	36	じゃがいも	65	78	安心素材ミートボール ベスト	30	36					
		たまねぎ	10	12	にんじん	20	24	じゃがいも	40	48					
		乾燥パセリ	0.01	0.01	たまねぎ	45	54	キャベツ	35	42					
		コンソメゴールド*	1	1.2	切ごんにやく*	10	12	たまねぎ	40	48			にんじん	20	24
		こいくちしょうゆ*	1.5	1.8	平天	15	18	にんじん	20	24					
		白ワイン*	0.5	0.6	冷凍かつさやいんげん	8	9.6	にんにく	0.15	0.18					
		食塩*	0.1	0.12	サラダ油*	0.5	0.6	サラダ油*	0.3	0.36					
照り焼きハンバーガーパティ		こしょう*	0.02	0.02	三温糖*	2.3	2.76	コンソメゴールド*	1	1.2			白ワイン*	0.5	0.6
		うす味バーガーパティ	60	60	こいくちしょうゆ*	6.5	7.8	白ワイン*	0.5	0.6					
		にんにく	0.5	0.5	純だし*	0.26	0.31	食塩*	0.2	0.24					
		しょうが	0.5	0.5	酒*	1	1.2	こしょう*	0.02	0.02					
		こいくちしょうゆ*	5	5	ほうれん草ののりごまあえ	35	42	キャベツ	15	18			きゅうり	15	18
		本みりん*	5	5	冷凍かつほうれん草	20	24	にんじん	5	6					
		酒*	2.5	2.5	キャベツ	5	6	白すりごま	2	2.4					
		三温糖*	2	2	にんじん	5	6	もみのり	0.8	0.96					
ゆでキャベツ		すりおろしりんご	2	2	白すりごま	2	2.4	こいくちしょうゆ*	2	2.4	かぼちゃプリン		海菜サラダ	1	1.2
		でんぶん1kg*	0.2	0.2	三温糖*	1.1	1.32	さんまかぼすレモン煮40g	0	40					
		キャベツ	35	42	さんまかぼすレモン煮40g	0	40	ハニピーナッツ13g	13	13					



献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定可食量(g)	
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度11月分学校給食献立予定表(食材一覧)A日程

周南市立熊毛学校給食センター

11月1日 (水曜日)				11月2日 (木曜日)				11月6日 (月曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
麦ごはん(4~11月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0	麦ごはん(4~11月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0	わかめ麦ごはん(三島産180g)		精白米 新麦 強化米 三島炊き込みわかめノグルソ-200g	68.3 6.8 0.2 1.86
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	牛乳		三島炊き込みわかめノグルソ-200g 飲用牛乳200ml	0 206.4
ハヤシライス		牛肉ももスライス にんじん たまねぎ じゃがいも ハウス ハヤシルー フレーク トマケチャップ3kg トマケチャップ1kg ウスターソース* サラダ油* 水	25 20 50 50 18 3 0 1 0.5 70	大根とアゲの味噌汁		刻み油揚げ にんじん だいこん 木綿豆腐400g◆ 青ねぎ 麦みそ* 煮干し 水 トンカツ60g 菜種白絞油	5 10 40 30 5 11 2 120 60 6	けんちょう		三島炊き込みわかめノグルソ-200g 飲用牛乳200ml 木綿豆腐400g◆ 刻み油揚げ にんじん 切こんにやく* だいこん 鶏肉手羽スライス 冷凍里芋 サラダ油*	0 206.4 80 3 15 20 30 0.5
ツナサラダ		まぐろ水煮フレーク キャベツ きゅうり にんじん L&Mマヨネーズタイプ1kg こしょう*	15 30 20 5 7 0.01	サラダ		キャベツ きゅうり 冷凍ホールコン(国産) 青じそドレッシング1L 三温糖*	35 10 5 5 0.6	おかかあえ		本みりん* 三温糖* 酒* 純だし* こいくちしょうゆ*	1 1 1 0.3 4.5
図書*給食 小学校:「青空子ども食堂 はじめます」				図書*給食 中学校:「妖怪アパートの幽 雅な日常」				山口郷土料理の日			
11月7日 (火曜日)				11月8日 (水曜日)				11月9日 (木曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
小黒糖パン		県産米粉パン(黒小麦+米45g) 黒糖(パン混入用) パン加工費 混入1類 県産米粉パン(黒小麦+米65g) 黒糖(パン混入用) パン加工費 混入1類	45 9 1 0 0 0	麦ごはん(4~11月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0	麦ごはん(4~11月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4
たらこスハケッテイ		ハーフスハケッテイ * 冷凍イ輪切り 三島食品たらこレトルタイプ1kg たまねぎ にんじん ぶなしめじ サラダ油* 食塩* こしょう* コンソメゴールド*	30 15 10 40 10 10 1 0.3 0.03 0.3	なば汁		木綿豆腐400g◆ ぶなしめじ えのきたけ たまねぎ だいこん にんじん 刻み油揚げ 青ねぎ 煮干し 麦みそ*	25 10 10 25 25 7 4 5 3 11	鶏肉のフォー		業務用フォー 鶏肉ももスライス キャベツ もやし にんじん たまねぎ 青ねぎ 中華スープ* こいくちしょうゆ* うすくちしょうゆ*	5 15 20 10 10 20 5 1 2 2
アーモンドサラダ		キャベツ きゅうり にんじん 冷凍ホールコン(国産) ローストアーモンドダイス 穀物酢* サラダ油* 三温糖* 食塩*	30 15 5 7 2.5 1.5 1.5 0.5 0.3	いわしの梅煮		いわしの梅煮30g(小泉) いわしの梅煮40g 冷干切りこぼろ れんこんきんぴら用山口県産 平天 にんじん 切こんにやく* 冷凍かつさやいんげん 白いりごま 白すりごま 酒* 三温糖* こいくちしょうゆ* 一味唐辛子* 純正 ごま油*	30 0 10 10 5 5 10 3 0.3 0.6 0.8 1 2.3 0.01 0.24	★大根の中華サラダ		食塩* こしょう* レモン果汁(サンキスト) ナンプラー えびシューマイ18g えびシューマイ18g ホークム短冊 だいこん きゅうり にんじん 三温糖* 穀物酢* こいくちしょうゆ* 純正 ごま油* 食塩*	0.15 0.02 0.2 0.2 36 0 5 30 15 5 1 3.5 2.3 0.5 0.05
				かたハイ(チルド) 40g		かたハイチルド 40g	40	小魚アーモンド		小魚アーモンド 6g	6
いい歯の日献立											

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度11月分学校給食献立予定表(食材一覧)A日程

周南市立熊毛学校給食センター

11月10日 (金曜日)				11月13日 (月曜日)				11月14日 (火曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	ごはん		精白米	72.5	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			強化米	0.22			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0
牛乳		県産米粉パン(県小麦+米85g)	206.4			精白米	0	牛乳		県産米粉パン(県小麦+米85g)	206.4
アルファベットスープ③		アルファベットマカロニ	7	牛乳		強化米	0	ボークビーンス		水煮大豆(県産)	30
		ベーコン(短冊)	5	★はも団子汁(県産)		強化米	206.4	冷凍豚肉もも角切り(山口県産)		じゃがいも	20
		たまねぎ	25			強化米	30	じゃがいも		たまねぎ	60
		にんじん	10			強化米	36	じゃがいも		たまねぎ	50
		じゃがいも	30			強化米	6	冷にんじん 県内産 いちよう切		冷にんじん 県内産 いちよう切	10
		冷凍ホールコーン(国産)	8			強化米	36	だいこん 県内産		だいこん 県内産	0.5
		エリンギ	5			強化米	36	木綿豆腐 県産大豆使用400g		木綿豆腐 県産大豆使用400g	0.6
		乾燥バセリ	0.01			強化米	5	青ねぎ 県内産		青ねぎ 県内産	5
		こいくちしょうゆ*	2			強化米	1.5	だし昆布		だし昆布	1.8
		コンソメゴールド*	1			強化米	1	混合削り節(だし用)		混合削り節(だし用)	1.2
		食塩*	0.3			強化米	1.5	こいくちしょうゆ*		こいくちしょうゆ*	1.8
		こしょう*	0.02			強化米	1	うすくちしょうゆ*		うすくちしょうゆ*	1.2
		たら角切り(粉つき)	50			強化米	0.2	食塩*		食塩*	0.24
白身魚のアーモンドソース		菜種白絞油	5	県産玉子焼き		水	0.5	酒*		酒*	0.6
		三温糖*	1.5	ほうれん草のりごまあえ		水	0.3	本みりん*		本みりん*	0.36
		ローストアーモンドグイス	2.2			水	115	水		水	138
		こいくちしょうゆ*	0.77			水	50	やまぐちさんちの玉子焼50g		やまぐちさんちの玉子焼50g	50
		ウスターソース*	2.45			水	20	冷凍かつほうれん草(県産)		冷凍かつほうれん草(県産)	24
		白ワイン*	0.77			水	20	もやし		もやし	24
メープルシロップ&マーガリン		メープル風シロップ & マーガリン	11			水	5	冷にんじん 県内産 千切り		冷にんじん 県内産 千切り	6
						水	2	白すりごま		白すりごま	2.4
						水	0.8	もみのり		もみのり	0.96
						水	2	こいくちしょうゆ*		こいくちしょうゆ*	2.4
						水	1.1	三温糖*		三温糖*	1.32
										いちごジャム	15

地場産給食週間
(13日~17日)

11月15日 (水曜日)				11月16日 (木曜日)				11月17日 (金曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
ごはん		精白米	72.5	ごはん		精白米	72.5	背割りパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3
		強化米	0.22			強化米	0.22			パン加工費 縦横スライス 全規格	1
		精白米	0			精白米	0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0
		強化米	0			精白米	100			パン加工費 縦横スライス 全規格	0
牛乳		強化米	0	牛乳		強化米	0	牛乳		パン加工費 縦横スライス 全規格	0
さつまいものみそ汁		強化米	0	親子丼(県産)		強化米	0	さつまいものシチュー(県産)		パン加工費 縦横スライス 全規格	1
		飲用牛乳200ml	206.4			強化米	0	飲用牛乳200ml		飲用牛乳200ml	206.4
		冷にんじん 県内産 いちよう切	8			強化米	206.4	鶏肉手羽スライス(県内産)		鶏肉手羽スライス(県内産)	20
		さつまいも 周南市産	30			強化米	36	冷にんじん 県内産 いちよう切		冷にんじん 県内産 いちよう切	15
		木綿豆腐 県産大豆使用400g	50			強化米	18	たまねぎ		たまねぎ	40
		県産油揚げ(短冊切)	3			強化米	60	さつまいも 周南市産		さつまいも 周南市産	50
		青ねぎ 県内産	5			強化米	24	冷凍かつはなっこりー		冷凍かつはなっこりー	10
		小麦みそ*	11			強化米	6	クリームシチュー		クリームシチュー	8
		煮干し	2			強化米	40	SBシチューフレックN(アレルゲンフリー)		SBシチューフレックN(アレルゲンフリー)	0.5
		水	100			強化米	1.2	調理用牛乳1L* 県産		調理用牛乳1L* 県産	40
チキンチキンれんこん		山口さんちの鶏肉グイスカ外殻粉付	40	ひじきと大豆の炒め物		三温糖*	5	サラダ油*		サラダ油*	0.5
		菜種白絞油	4			三温糖*	6	こしょう*		こしょう*	0.02
		れんこんスライス 県産	20			三温糖*	1.5	食塩*		食塩*	0.2
		三温糖*	1.5			三温糖*	1.8	水		水	45
		こいくちしょうゆ*	4			三温糖*	15	チキンインナー40g(スティック)山口県産		チキンインナー40g(スティック)山口県産	40
		本みりん*	2.7			三温糖*	18	ゆでキャベツ		ゆでキャベツ	35
		酒*	1.4			三温糖*	6	キャベツソース		キャベツソース	8
		水	5			三温糖*	10				8
山口県産のり佃煮		山口県産のり佃煮	8			三温糖*	1.2				
県産みかんM		*みかんM(100g)(県内産)	80			三温糖*	1.7				
						三温糖*	0.8				
						三温糖*	0.96				
						三温糖*	0.5				
						三温糖*	0.6				
						三温糖*	0.6				
						三温糖*	0.72				
						三温糖*	8				
						三温糖*	9.6				
						三温糖*	50				
						三温糖*	50				

「がぶっ!と食べよう山口」
県産100%献立

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度11月分学校給食献立予定表(食材一覧)A日程

周南市立熊毛学校給食センター

11月20日 (月曜日)				11月21日 (火曜日)				11月22日 (水曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
麦ごはん(4~11月)		精白米	70	ピタパン		冷凍ホフサ(ピタパン)約60g池田食品	60	麦ごはん(4~11月)		精白米	70
		強化米	0.21			冷凍ホフサ(ピタパン)約80g池田食品	0			強化米	0.21
		新麦	7			牛乳	206.4			新麦	7
		精白米	0			レンズ豆と麦のスープ	5			精白米	0
		強化米	0				6			強化米	0
		新麦	0				18			新麦	0
		飲用牛乳200ml	206.4				12			飲用牛乳200ml	206.4
牛乳		豚肉ももスライス	25	じゃがいも		じゃがいも	35	けんちん汁		にんじん	10
		しょうが	0.5			コンソメゴールド*	1.5			だいごん	25
		酒*	1			食塩*	0.3			さといも	20
		こいくちしょうゆ*	1.2			こしょう*	0.02			切こんにやく*	15
		かのこいか短冊	15			こいくちしょうゆ*	1.3			木綿豆腐400g◆	40
		うずら卵水煮(チルド)	25			サラダ油*	0.5			刻み油揚げ	2.5
		にんじん	20			鶏肉ももスライス	40			干しいたけスライス(国産)	1
八宝菜(白菜)		たまねぎ	30	ケバブ風チキン		白ワイン*	0.5	青ねぎ		青ねぎ	4
		はくさい	70			たまねぎ	5			だし昆布	1
		たけのこ水煮(1斗缶)	10			にんにく	0.2			混合削り節(だし用)	1.5
		きくらげ 乾 スライス 県産	0.5			オリーブ油*	0.5			本みりん*	0.5
		三温糖*	1			ウスターソース*	1.2			こいくちしょうゆ*	3
		こいくちしょうゆ*	3			トマトケチャップ3kg	7			食塩*	0.3
		コンソメゴールド*	0.6			トマトケチャップ1kg	0			水	100
大学いも(少なめ)		でんぶん1kg*	1.3	三温糖*	0.1	さばの塩焼き40・50g		さば切身塩水漬け40g(1%塩水)	40		
		純正 ごま油*	0.5	ヨーグルトあえ○		チリパウダー	0.4	ごまあえ		さば切身塩水漬け50g(1%)	0
		冷凍さつまいも乱切り国産	50			食塩*	0.05			冷凍カットほうれん草	20
		菜種白絞油	2			みかん(缶)	18			キャベツ	25
		三温糖*	6			パイン(缶)	18			にんじん	5
		こいくちしょうゆ*	1			黄桃(缶)	18			白すりごま	1.6
		穀物酢*	0.15			調理用 無糖 ヨーグルト	20			三温糖*	1.4
		水	8			アーモンド	10			こいくちしょうゆ*	2.4
黒いりごま	0.4	スナックアーモンド10g	10	味付けのり	1.25						
中パブリッシュ		パブリッシュ5g	0								

中乗の献立

和食の日献立

11月24日 (金曜日)				11月27日 (月曜日)				11月28日 (火曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
食パン(2枚切)		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3	麦ごはん(4~11月)		精白米	70	横割り丸パン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3
		パン加工費 食パンスライス2枚	1			強化米	0.21			パン加工費 縦横スライス 全規格	1
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0			新麦	7			パン加工費 丸 全規格	1
		パン加工費 食パンスライス2枚	0			精白米	0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0
		飲用牛乳200ml	206.4			強化米	0			パン加工費 縦横スライス 全規格	0
		ぶなしめじ	10			新麦	0			パン加工費 丸 全規格	0
		たまねぎ	55			飲用牛乳200ml	206.4			牛乳	206.4
牛乳		豚肉ももスライス	15	肉団子のケチャップ煮		鶏肉手羽スライス	25	ポトフ③		豚肉もも角切り	10
		にんじん	15			にんじん	20			じゃがいも	40
		じゃがいも	55			たまねぎ	50			はくさい	35
		安心素材ミートホール ベスト	30			じゃがいも	50			たまねぎ	40
		コンソメゴールド*	0.3			サラダ油*	0.5			にんじん	20
		サラダ油*	0.5			トマトケチャップ3kg	12			にんにく	0.15
		トマトケチャップ3kg	12			トマトケチャップ1kg	0			しょうが	0.5
大根サラダ		ウスターソース*	1	じゃこサラダ		ハーモントフレック給食用	10	ロイヤルカツ		コンソメゴールド*	1
		こいくちしょうゆ*	0.3			SBティナーカレーフレーク	5			白ワイン*	0.5
		こしょう*	0.01			アルゲンフリーカレーフレークN(SB)	1			食塩*	0.2
		三温糖*	0.3			すりおろしりんご	4			こしょう*	0.02
		白ワイン*	0.3			白ワイン*	1			ロイヤルカツ60g	60
		水	36			トマトケチャップ3kg	2			菜種白絞油	6
		だいごん	40			トマトケチャップ1kg	0			キャベツ	35
スライスチーズ(鉄分強化) ワライ(冷蔵)		にんじん	10	じゃこサラダ		ウスターソース*	1	ゆでキャベツ		オタフク 1食とんかつソース 8g	8
		冷凍ホールコーン(国産)	6			水	85				
		まぐろ水煮フレーク	6			しらす干し乾燥品(国産)	2.5				
		野菜いっぱいドレッシング和風1L	7.5			キャベツ	35				
		白すりごま	1			きゅうり	10				
		スライスチーズ(Fe)20g	20			にんじん	5				
		ヒロキヨーの給食プリン43g	43			サラダ油*	0.7				
		三温糖*	0.7			三温糖*	0.7			こいくちしょうゆ*	0.4
		こいくちしょうゆ*	0.4			穀物酢*	2				
		穀物酢*	2			食塩*	0.1				
		食塩*	0.1			こしょう*	0.01				
		こしょう*	0.01								

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。

※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 12月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

12月1日 (金曜日)				12月4日 (月曜日)				12月5日 (火曜日)							
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校	小学校
黒糖パン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g 黒糖(パン混入用) パン加工費 混入1類 県産米粉パン(県小麦+米85g 黒糖(パン混入用) パン加工費 混入1類 牛乳 飲用牛乳200ml	58.3 11.7 1 0 85 17 0 1 206.4	0 0 0 0 0 0 0 0 206.4	麦ごはん(4~11月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦 飲用牛乳200ml	70 0.21 7 0 90 0 0 206.4	0 0 0 0.27 9 0 206.4	小こっぺパン		県産米粉パン(県小麦+米45g 県産米粉パン(県小麦+米65g 飲用牛乳200ml ハーフスハゲッテイ 豚肉ももミンチ 白ワイン* にんにく	45 0 206.4 32 25 1.5 0.3	0 65 206.4 38.4 30 1.8 0.36	
冬野菜のスープ③		ベーコン(短冊) たまねぎ かぶ 根 皮つき 生 はくさい にんじん かつ線豆春雨 コンソメゴールド* こいくちしょうゆ* 食塩* こしょう*	5 30 30 30 10 2 1 2 0.5 0.02	6 36 36 36 12 2.4 1.2 2.4 0.6 0.02	ハッシュドポーク		豚肉ももスライス じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく 冷凍白いんげん豆ピューレ サラダ油* ハウス ハヤシルウ フレーク コンソメゴールド* トマトケチャップ3kg トマトケチャップ1kg 白ワイン* 三温糖* ウスターソース* こしょう*	20 30 50 15 0.3 12 0.5 11 0.4 10 0 1 0.3 2.5 0.02	24 36 60 18 0.36 14.4 0.6 13.2 0.48 12 12 3 0.02			にんじん たまねぎ オリーブ油* トマトケチャップ3kg カゴトマトピューレ(ワイルドハック) MCCデミグラスソース コンソメゴールド* 食塩* こしょう* ウスターソース* 三温糖* キャベツ 冷凍ブロックソー SS 冷凍ホールコン(国産) キュービー刻アクトレッシング1000ml ハニービーナッツ13g	15 45 1 12 7 8 0.5 0.23 0.02 2.5 0.2 35 15 10 6 0	18 54 1.2 14.4 8.4 9.6 0.6 0.28 0.02 3 0.24 42 18 12 7.2 13	
オーロラポテト		水 じゃがいも チキン短冊 にんじん 冷凍ホールコン(国産) L&Mマヨネーズタイプ1kg トマトケチャップ3kg トマトケチャップ1kg サラダ油* 食塩* こしょう* 三温糖* 紅茶のムース	100 50 10 5 10 2.5 1.5 0 0.2 0.05 0.01 0.2 40	120 60 12 6 12 1.8 0 0.24 0.06 0.01 0.24 40	フルーツ白玉		みかん(缶) パン(缶) 黄桃(缶) 白玉もち(自然解凍)	25 20 20 20	30 24 24 24						
紅茶のムース															

12月6日 (水曜日)				12月7日 (木曜日)				12月8日 (金曜日)							
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)		
			小学校	中学校				小学校	中学校				小学校	中学校	小学校
麦ごはん(12~3月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦 飲用牛乳200ml	70 0.21 7 0 90 0 0 206.4	0 0 0 0.27 9 0 206.4	麦ごはん(12~3月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦 飲用牛乳200ml	70 0.21 7 0 90 0 0 206.4	0 0 0 0.27 9 0 206.4	ライむぎパン(15%混入)		県産米粉パン(県小麦+米58.3g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 県産米粉パン(県小麦+米85g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 牛乳 飲用牛乳200ml ロヒケイット	58.3 8.7 1 0 85 0 0 206.4 30	0 0 0 12.8 1 0 206.4 36	
おじゃがもちのみそ汁		すぐる おじゃがもちホ-ル 鶏肉ももスライス にんじん たまねぎ 青ねぎ 小麦みそ* かつわかめ 煮干し 水	45 10 10 30 5 11 0.5 2 140	54 12 12 36 6 13.2 0.6 2.4 168	マーボ大根		だいこん 鉄分・Ca・食物繊維強化とうふ 鶏肉ももミンチ 干しいたけスライス国産ト にんにく 青ねぎ にんじん 赤みそト トウハンジャン130g程度* 酒* 三温糖* こいくちしょうゆ* 中華スープ* でんぷん1kg* 純正 ごま油* 水	80 60 20 0.8 0.2 4 20 6 0.15 1 0.8 0.9 0.9 1.3 0.5 36	96 72 24 0.96 0.24 4.8 24 7.2 0.18 1.2 0.96 1.08 1.08 1.56 0.6 43.2			ライむぎパン(15%混入) 県産米粉パン(県小麦+米58.3g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 県産米粉パン(県小麦+米85g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 牛乳 飲用牛乳200ml ロヒケイット	58.3 8.7 1 0 85 0 0 206.4 30	0 0 12.8 1 0 206.4 36	
国産野菜春巻き50g		国産野菜春巻き50g 菜種白絞油	50 5	50 5											
もやしのじゃこ和え		もやし はくさい(県内産) にんじん 周南市産 しらす干し(県産) 純正 ごま油* こいくちしょうゆ* 三温糖*	30 20 5 2 0.5 1.2 0.2	36 24 6 2.4 0.6 1.44 0.24	炒めビーフン		ケンシ ビーフン 平天 キャベツ たまねぎ にんじん 中華スープ* こいくちしょうゆ* 食塩* こしょう* サラダ油* みかんM	6 10 10 25 5 0.2 0.8 0.1 0.01 0.3 80	7.2 12 12 30 6 0.24 0.96 0.12 0.01 0.36 80			ライむぎパン(15%混入) 県産米粉パン(県小麦+米58.3g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 県産米粉パン(県小麦+米85g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 牛乳 飲用牛乳200ml ロヒケイット	58.3 8.7 1 0 85 0 0 206.4 30	0 0 12.8 1 0 206.4 36	

12月8日 (金曜日)				
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(e)	
			小学校	中学校
		ライむぎパン(15%混入) 県産米粉パン(県小麦+米58.3g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 県産米粉パン(県小麦+米85g ライ麦粉 5kg袋(パン混入用) #パン加工費 混入2類 牛乳 飲用牛乳200ml ロヒケイット	58.3 8.7 1 0 85 0 0 206.4 30	0 0 12.8 1 0 206.4 36

フィンランドの料理

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 12月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

12月11日 (月曜日)				12月12日 (火曜日)				12月13日 (水曜日)				
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校				中学校				小学校	中学校
チキンライス		精白米 強化米 チキンライスの素1kg炊込み 精白米 強化米 チキンライスの素1kg炊込み チキンライス200ml	65.3 0.2 18.7 0 0 0 25.7 206.4	0 0 0 90 0 0 0 206.4	コッペンパン	県産米粉パン(県小麦+米58.3g 県産米粉パン(県小麦+米85g 飲用牛乳200ml ベーコン(短冊) 鶏卵 L(山口県内産) クルトン たまねぎ	58.3 0 206.4 5 30 2 35	0 85 206.4 6 36 2.4 42	減ごはん		精白米 強化米 精白米 強化米 飲用牛乳200ml 冷凍うどん学校給食用250g 鶏肉手羽スライス	54 0.16 0 0 206.4 55 10
牛乳		鶏肉もも角切り かぶ根 皮つき 生	15 30	18 36		にんじん 冷凍カットほうれん草	10 10	12 12			長かま(白) にんじん	10 10
かぶのスープ		にんじん たまねぎ マカロニ* ツイスト コンソメゴールド*	20 30 3 1.5	24 36 3.6 1.8		にんにく オリーブ油* コンソメゴールド* こいくちしょうゆ* 食塩*	0.3 0.3 1 0.8 0.3	0.36 0.36 1.2 0.96 0.36			たまねぎ キャベツ 青ねぎ コンソメゴールド* パーモントフーク給食用	30 25 3 0.4 8
		こしょう* こいくちしょうゆ* 水	0.02 2 125	0.02 2.4 150	魚介のアヒージョ風	こしょう* 三温糖* むきえび100/200	0.02 0.2 18	0.02 0.24 21.6			アルゲンフリーカレーフークN(SB) 水 こいくちしょうゆ* ちくわ隣辺揚げ 菜種白絞油 ちくわ隣辺揚げ	1 125 1.5 30 3 0.60
ポテトサラダ		じゃがいも きゅうり 冷凍ホールコーン(国産) ホーカム短冊 L&Mマヨネーズタイプ1kg	45 10 10 5 6	54 12 12 6 7.2		かのこいか短冊 ぶなしめじ 生しいたけ 冷凍フロッコリー SS にんにく	18 7 7 10 0.5	21.6 8.4 8.4 12 0.6	ちくわの隣辺揚げ(小1・中2)		菜種白絞油 冷凍カットほうれん草	30 0 30
		食塩* こしょう* オムライス用卵焼き ケチャップソース	0.05 0.01 40 8	0.06 0.01 40 8		オリーブ油* コンソメゴールド* 食塩* こしょう*	3 0.25 0.1 0.01	3.6 0.3 0.12 0.01			キャベツ 白すりごま もみり こいくちしょうゆ* 三温糖*	20 2 1 1.6 0.8
					カットパン(チルト) 40g	カットパン(チルト) 40g	40	40				

スペインの料理

12月14日 (木曜日)				12月15日 (金曜日)				12月18日 (月曜日)				
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	
			小学校				中学校				小学校	中学校
麦ごはん(12~3月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0	0 0 0 90 0 9	小キャラメル揚げパン	県産米粉パン(県小麦+米45g 菜種白絞油 クッキング用ミルメークキャラメル 県産米粉パン(県小麦+米65g 菜種白絞油 クッキング用ミルメークキャラメル	45 4.6 2.8 0 0 4	0 0 0 65 6.8 4	麦ごはん(12~3月)		精白米 強化米 新麦 精白米 強化米 新麦	70 0.21 7 0 0 0
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4	206.4	牛乳	飲用牛乳200ml	206.4	206.4	牛乳	飲用牛乳200ml	206.4	
すきやき		牛肉ももスライス 焼き豆腐 おかわ麩 糸こんにゃく はくさい たまねぎ もやし 白ねぎ 三温糖* こいくちしょうゆ*	30 40 3 30 40 30 20 6 3 7.5	36 48 3.6 36 48 36 24 7.2 3.6 9	マカロニのクリーム煮	エルホマカロニ 鶏肉手羽スライス じゃがいも にんじん たまねぎ 乾燥パセリ 冷凍白いんげん豆ピューレ 調理用牛乳1L サラダ油* クリームシチュー	10 20 40 15 40 0.01 10 35 0.3 8	12 24 48 18 48 0.01 12 42 0.36 9.6	だまこ汁		だまこ餅(ハラ凍結) 鶏肉手羽スライス 洗いごぼう だいこん まいたけ 生* はくさい にんじん 白ねぎ だし昆布 混合削り節(だし用) こいくちしょうゆ* うすくちしょうゆ*	30 10 10 15 7 25 10 5 1 2 1 2
野菜ときのこのごま炒め		酒* サラダ油* キャベツ ベーコン(短冊) にんじん エリンギ 冷凍カーネル(ホール)コーン 純正 ごま油* こいくちしょうゆ* 白すりごま 白いりごま	2 0.5 30 5 5 10 10 0.8 1.5 1 1	2.4 0.6 36 6 6 12 12 0.96 1.8 1.2 1.2	カラフル海藻サラダ	こしょう* キャベツ にんじん きゅうり 海藻サラダ* ローストアーモンド細切 冷凍カーネル(ホール)コーン 野菜いっぱいドレッシング和風1L	0.02 15 5 15 1 3 7 7.5	0.02 18 6 18 1.2 3.6 8.4 9			酒* 本みりん* 切干し大根千切り キャベツ にんじん しらす干し乾燥品(国産) 白いりごま 穀物酢* 三温糖* こいくちしょうゆ*	0.2 0.36 3 15 5 3 0.5 3 2 1.5
★りんご(1/8個)		りんご 生	39.12	39.12								

焼き魚を考え中

秋田県の料理

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和5年度 12月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

12月19日 (火曜日)				12月20日 (水曜日)				12月21日 (木曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
小コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45	ごはん		精白米	72.5	麦ごはん(12~3月)		精白米	70
		県産米粉パン(県小麦+米65g)	0			強化米	0.22			強化米	0.21
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4			精白米	0			新麦	7
野菜スープ		ベーコン(短冊)	5			強化米	0			精白米	0
		にんじん	10			飲用牛乳200ml	206.4			強化米	0
		たまねぎ	20			じゃがいも 周南市産	30			新麦	0
		キャベツ	25			冷にんじん 県内産 いちよう切	5			飲用牛乳200ml	206.4
		じゃがいも	30			だいこん 県内産	20			鶏肉手羽スライス	25
		セロリ	3			木綿豆腐 県産大豆使用400g	30			にんじん	20
		コンソメゴールド*	1			青ねぎ 県内産	5			たまねぎ	50
		こいくちしょうゆ*	1			麦みそ*	11			じゃがいも	50
		食塩*	0.3			煮干し	2			サラダ油*	0.5
		こしょう*	0.03			水	120			にんにく	0.5
		水	103			やまぐちさんちの玉子焼50g	50			しょうが	0.5
フライドチキン		びよびよクリスピー-50g	50	県産玉子焼き		*キャベツ(山口県産)	40			ハーモントフレク給食用	10
		菜種白絞油	5	キャベツのジャコ炒め(県産)		冷凍かつ小松菜(県産)	10			SBデイナーカレーフレーク	5
		びよびよクリスピー-60g	0			冷にんじん 県内産 千切り	8			アルゲンブルーカレーフレークN(SB)	1
コールスローサラダ		菜種白絞油	0			しらす干し(県産)	2			すりおろしりんご	4
		キャベツ	35			サラダ油*	0.5			白ワイン*	1
		にんじん	5			コンソメゴールド*	0.2			トマトケチャップ3kg	2
		冷凍カーネル(ホール)コーン	5			食塩*	0.1			トマトケチャップ1kg	0
		フレッシュレタス1L	6			こしょう*	0.01			ウスターソース*	1
なかよしクリスマスケーキ(ショコラ)		なかよしクリスマスケーキ(ショコラ)	27	県産みかんM		*みかんM(100g)(県内産)	80			水	85
										乾燥卵ひじき 国産	1.2
										れんこんスライス 県産	15
										にんじん	5
										冷凍 むき枝豆(国産)	10
										まぐろ水煮フレーク	10
										L&Mマヨネーズタイプ1kg	4
										笑顔でランチ香りごまドレッシング	3
										チーズCa+Fe14g	0

クリスマス献立
(セレクトケーキ)

「がぶっ!と食べよう山口」
県産100%献立

12月22日 (金曜日)											
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校				中学校				小学校
背割りパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3								
		パン加工費 縦横スライス 全規格	1								
		県産米粉パン(県小麦+米85g)	0								
		パン加工費 縦横スライス 全規格	0								
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4								
かぼちやのポタージュ		ベーコン(短冊)	5								
		真ごしかぼちや	20								
		冷凍ダイスカぼちや	30								
		たまねぎ	45								
		にんじん	15								
		パセリ	0.5								
		調理用牛乳1L	35								
		理研新木ターシュエースコーン	13								
		SBシチューフレークN(アルゲンフリー)	1								
		コンソメゴールド*	0.5								
		食塩*	0.05								
		こしょう*	0.01								
		水	55								
ホットドッグハンバーグ		ホットドッグハンバーグ	50								
大根と水菜のゆずサラダ		だいこん	35								
		みずな 葉生*	5								
		こいくちしょうゆ*	1								
		ゆず(果汁)	1								
		オリーブ油*	0.8								
ケチャップソース		ケチャップソース 8g	8								

冬至献立

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
 ※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。