

令和4年 6がつ こんだてひょう

桑折町学校給食センター

☎581-0250

あか ち にく ちやく にく と なる
 みどり からだ ちやうし ととの 体の 調子 を 整える
 き ねつ ちから もと 熱や力の元になる



めあて じょうぶな骨や歯をつくる食事について知ろう

給食センター日記
 桑折町役場のホームページの検索欄で
 「桑折町給食センター 日記」と入力すると
 毎日の給食や給食センターの様子をみることができます。

6月4日~10日は
 「歯と口の健康週間」

6月は、かむことを意識して食べましょう

	すいようび	もくようび	きんようび
こんだて	1 ごもくきんぴら さばのしおやき ごはん なめこのみそしる	2 カミカミサラダ とりてりやき もちげんまいごはん わかたけじる	3 しょうがあえ さけのタルタルやき ごはん たまねぎのみそしる
赤	牛乳、さば、とうふ、みそ、さつまあげ、とりにく	牛乳、とりにく、わかめ、するめ	牛乳、さけ、あぶらあげ、みそ、チーズ
緑	なめこ、だいこん、ねぎ、ごぼう、にんじん、こんにやく、いんげん	たけのこ、たまねぎ、にんじん、えのき、きゅうり、もやし	たまねぎ、パセリ、にんじん、こまつな、もやし、しょうが
黄	こめ、さとう	こめ、さとう、ごま	こめ、タルタルソース
小	Kcal 617 P 24.1 F 20.8 Ca 286 塩分 2	Kcal 609 P 27.5 F 16.9 Ca 303 塩分 2.1	Kcal 643 P 28 F 23.3 Ca 330 塩分 1.6
中	Kcal 739 P 28.1 F 24 Ca 298 塩分 2.5	Kcal 723 P 31.6 F 18.8 Ca 318 塩分 2.6	Kcal 758 P 32.1 F 26.3 Ca 347 塩分 1.7

	げつようび	かようび	休食校	幼稚園 醸芳小	幼稚園 醸芳小	幼稚園 醸芳小
こんだて	6 ブロccoli-サラダ イカナゲツト (幼小2・中3) くろばん ハヤシシチュー	7 ごもくまめ とりのやくみあえ ごはん こまつなのみそしる	休食校	8 ピーマンおかかあえ ミートボール (小2) ソフトめん ごもくうどん かけじる	9 たくあんあえ アジの レモンじょうゆ ごはん あさりのみそしる	10 さんしょくおひたし なすの わふうグラタン ごはん くきわかめ スープ
赤	牛乳、いかなゲツト、ぶたにく、チーズ、クリーム	牛乳、とうふ、あぶらあげ、みそ、だいず、とりにく、さつまあげ、ぶたにく、こんぶ	休食校	牛乳、とりにく、なると、かつおぶし、	牛乳、アジ、あさり、とうふ、みそ、かつおぶし	牛乳、ぶたにく、みそ、チーズ、くきわかめ、とりにく、とうふ
緑	にんにく、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、ブロッコリー、キャベツ、コン	こまつな、ねぎ、たけのこ、にんじん、こんにやく、しょうが	休食校	だいこん、にんじん、ねぎ、しいたけ、ごぼう、もやし、ピーマン、コーン	たまねぎ、レモン、だいこん、ねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん、たくあん	なす、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、ほうれんそう、もやし、パセリ
黄	パン、くろざとう、じゃがいも、バター、ハヤシルウ	こめ、さとう、じゃがいも、ごま	休食校	ソフトめん、あぶら	こめ、かたくりこ、さとう、あぶら	こめ、さとう、たまごぬぎマヨネーズ、ごま
小	Kcal 744 P 27.4 F 25.5 Ca 364 塩分 2.6	Kcal 667 P 30.6 F 21.7 Ca 351 塩分 2.0	休食校	Kcal 601 P 28.8 F 14.9 Ca 307 塩分 2.8	Kcal 628 P 29.1 F 17.3 Ca 347 塩分 2.4	Kcal 626 P 23.3 F 22.4 Ca 337 塩分 2.5
中	Kcal 859 P 31.2 F 29.1 Ca 391 塩分 3.3	Kcal 788 P 35.6 F 24.4 Ca 373 塩分 2.4	休食校	Kcal 779 P 31.9 F 22 Ca 300 塩分 2.6	Kcal 758 P 29.4 F 21.6 Ca 657 塩分 2.2	Kcal 764 P 28.5 F 21 Ca 348 塩分 2.1
休食校	半田醸芳小		幼稚園 中学校	伊達崎小 中学校	幼稚園 伊達崎小 中学校	
こんだて	13 だいこんサラダ オムレツ ジャム コッペパン カレーふうみ スープ	14 ごまあえ とりつくね ツナごはん とうふのみそしる	15 きゅうりのサラダ しゅうまい (小2中3) のり ごはん タイピーエン	16 しおこんぶあえ とうふハンバーグ カルシウム ごはん なすのみそしる	17 おひたし ホキのあますあんかけ ごはん ミートボール スープ	
赤	牛乳、ベーコン、だいず、たまご	牛乳、ツナ、とりにく、とうふ、あぶらあげ、みそ	牛乳、しゅうまい、うずらたまご、いか、ぶたにく、のり	牛乳、ハンバーグ、あぶらあげ、みそ、しおこんぶ	牛乳、ホキ、ミートボール	
緑	たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース、もやし、だいこん	グリーンピース、にんじん、しょうが、たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ、もやし	にんじん、はくさい、たけのこ、きくらげ、にら、きゅうり、もやし	ねぎ、しょうが、なす、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり	たまねぎ、ピーマン、ねぎ、はくさい、にんじん、もやし、キャベツ、だいこん	
黄	小麦粉、砂糖、ジャム、マカロニ、油、じゃがいも	こめ、さとう、ごま	こめ、はるさめ、ごまあぶら、さとう	こめ、ごま、さとう、じゃがいも	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう	
小	Kcal 600 P 21.4 F 23.9 Ca 397 塩分 2.4	Kcal 637 P 27 F 25.8 Ca 434 塩分 2.3	Kcal 635 P 26.6 F 18.5 Ca 288 塩分 2.1	Kcal 651 P 24.6 F 19.2 Ca 596 塩分 1.9	Kcal 647 P 24.7 F 18.8 Ca 330 塩分 1.7	
中	Kcal 812 P 23.1 F 31.2 Ca 349 塩分 3	Kcal 751 P 29 F 23.8 Ca 364 塩分 2.5	Kcal 779 P 31.9 F 22 Ca 300 塩分 2.6	Kcal 758 P 29.4 F 21.6 Ca 657 塩分 2.2	Kcal 764 P 28.5 F 21 Ca 348 塩分 2.1	
休食校		伊達崎小1・2年	幼稚園 半田醸芳小	醸芳小 半田醸芳小	醸芳小 幼稚園	
こんだて	20 さくらんぼ (幼小2中3) ポテトサラダ コンソメ スープ しよくばん	21 つけもの イカの カレーフライ わかめ ごはん じゃがいもの みそしる	22 もやしのサラダ はるまき ちゅうか めん しょうゆ ラーメン かけじる	23 たけのこおかに かにたま ごはん はるさめ スープ	24 ばいにくあえ なっとう むぎ ごはん なまあげ にくみそに	
赤	牛乳、チーズ、ハム、とりにく	牛乳、わかめ、いか、みそ、こんぶ	牛乳、ぶたにく、なると	牛乳、ぶたにく、とりにく、かつおぶし	牛乳、なっとう、ぶたにく、なまあげ、みそ、かまぼこ、かつおぶし	
緑	きゅうり、コーン、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、さくらんぼ	いんげん、だいこん、きゅうり、かぶ	メンマ、にんじん、ほうれんそう、もやし、ねぎ、きゅうり	玉ねぎ、しめじ、もやし、椎茸、たけのこ、にんじん、きぬさや、いんげん、こんにやく	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、もやし、きゅうり、うめ	
黄	こむぎこ、じゃがいも、卵ぬぎマヨネーズ	こめ、じゃがいも	ソフトめん、さとう、ごまあぶら	こめ、さとう、はるさめ、あぶら、かたくりこ	こめ、むぎ、じゃがいも、さとう、あぶら	
小	Kcal 613 P 23.9 F 23.1 Ca 570 塩分 2.5	Kcal 604 P 21.6 F 16.1 Ca 301 塩分 1.8	Kcal 601 P 25.3 F 15.1 Ca 304 塩分 2.6	Kcal 642 P 23.7 F 17.9 Ca 288 塩分 2	Kcal 725 P 31.6 F 23.8 Ca 448 塩分 1.6	
中	Kcal 709 P 26.9 F 26.4 Ca 592 塩分 3.5	Kcal 825 P 28.6 F 19.4 Ca 440 塩分 2.3	Kcal 704 P 35.4 F 14.5 Ca 351 塩分 2.1	Kcal 792 P 31.8 F 25.4 Ca 362 塩分 3	Kcal 861 P 37.2 F 27.1 Ca 493 塩分 1.9	
休食校		中学校	幼稚園 中学校	半田醸芳小	幼稚園	
こんだて	27 やきそば メロン さくめいり コッペパン ベーコンの うまに	28 こんにやく サラダ ヨーグルト むぎ ごはん チキン カレー	29 きりほし大根のにも あじのしおやき ごはん とんじる	30 キャベツのおひたし しおこうじのからあげ (幼小2・中3) きりこんぶ ごはん すましじる		
赤	牛乳、ぶたにく、あおのり、ベーコン、だいず	牛乳、とりにく、かいそう、ヨーグルト	牛乳、あじ、ぶたにく、とうふ、みそ、とりにく、さつまあげ	牛乳、こんぶ、あぶらあげ、とりにく、とうふ、なると、かつおぶし		
緑	キャベツ、もやし、玉ねぎ、にんじん、コン、しいたけ、にんにく、グリーンピース、メロン	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、にんにく、しょうが、キャベツ、えだまめ、こんにやく	はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう、だいこん、さやいんげん、こんにやく	こんにやく、ごぼう、しょうが、にんじん、しいたけ、ねぎ、キャベツ、もやし、こまつな		
黄	小麦粉、ちゅうかめん、油、じゃがいも	こめ、むぎ、じゃがいも、カレーウ	こめ、じゃがいも、あぶら、さとう	こめ、さとう、かたくりこ、あぶら		
小	Kcal 690 P 26.3 F 20.1 Ca 308 塩分 2.4	Kcal 711 P 25.5 F 17.7 Ca 427 塩分 1.9	Kcal 600 P 30.4 F 13.3 Ca 338 塩分 1.9	Kcal 652 P 25.3 F 21 Ca 336 塩分 2.4		
中	Kcal 785 P 30.1 F 21.9 Ca 321 塩分 2.8	Kcal 825 P 28.6 F 19.4 Ca 440 塩分 2.3	Kcal 704 P 35.4 F 14.5 Ca 351 塩分 2.1	Kcal 792 P 31.8 F 25.4 Ca 362 塩分 3		
休食校		中学校2年	幼稚園 中学校2年	伊達崎小 中学校2年		

★都合により、使用材料や献立が変更になることがありますのでご了承ください。



略	6月平均栄養価	小(基準値)	中(基準値)
kcal	エネルギー(kcal)	643(650)	771(830)
P	たんぱく質(g)	26.2(21~32)	30.7(27~40)
-	炭水化物(g)	88.9	108.5
F	脂質(g)	19.9(14~21)	23.3(18~27)
Ca	カルシウム(mg)	363	400
塩分	食塩相当量(g)	2.2(2.0)	2.5(2.5)

6月 2日(木) 幼稚園年少のみ、お祝いでデザートがつきます。
 6月 8日(水) 半田小5年 桑の実1組 バイキング
 6月 16日(木) カルシウムの強化されたごはんです。
 6月 22日(水) 睦小 2年 バイキング
 6月 23日(木) 減塩について考えてもらう日になっています。
 6月 27日(月) 醸芳小3年セレクト給食