



令和2年 7月21～30日 献立予定表 (B)

薩摩川内市立川内中学校給食センター

日曜	こんだてめい			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料7品目(しょうゆを除く)】
	主食	牛乳	おかず					1食分(kcal)	たん白質(g)	
21火	①むぎごはん 	②牛乳	③魚そうめん汁 ④ゴーヤチャンプルー ⑤ひじきの佃煮	①こめ おおむぎ ④さんおんとう サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③うおそうめん あぶらあげ ④ぶたにく とうふ たまご きつたまげ かつおぶし ⑤ひじきのつくだに	③にんじん だいこん はねぎ ししいだけ ④にがうり にんじん	③うすくちしょうゆ さけ かつおぶし ④うすくちしょうゆ みりん さけ	614 773	27.6 34.6	※ 下線は、20日までに使用した食品です。原材料については、20日までの献立表を確認してください。
22水	①コッパン 	②牛乳	③ミートボールとキャベツのスープ煮 ④アーモンドサラダ	①コッパン ③じゃがいも サラダあぶら ④アーモンド こまたまねぎドレッシング	②ぎゅうにゅう ③ミートボール	③にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム ④にんじん きゅうり コーン ブロッコリー	③とりガラスープ コンソメ しろワイン うすくちしょうゆ こしょう	610 784	22.2 28.4	魚そうめん たら 発酵調味料 水あめ 砂糖 加工でん粉 トレハロース さつまあげ【小麦】 魚肉 でん粉(小麦・馬鈴薯) 砂糖 小麦たん白 池油 発酵調味料 ぶどう糖 植物油 調味料 ひじきの佃煮 ひじき しょうゆ 砂糖 こま 酵母エキス 寒天 クエン酸 Na こまたまねぎドレッシング【卵・小麦】 植物油 醸造酢 しょうゆ 砂糖 乾燥たまねぎ 卵黄 小麦たん白分解物 こま 香辛料 調味料 オニオンペースト 増粘多糖類 カラメル色素 甘味料 香辛料抽出液 寒天 麦芽糖 増粘多糖類 ミートボール 鶏肉 豚肉 たまねぎ でん粉 大豆たん白 水あめ 大豆油 香辛料 ドロマイト ビロリン酸 炭酸 Ca 野菜と雑穀のふりかけ 煎り米 広島県産 京菜 大根葉 うるちひえノ粉 砂糖 でん粉 じゃが芋 キヌアザノ粉 モロヘイヤ とうもろこし トマト 還元水飴 かぼちゃ 尾節 酵母エキス 酸調整剤 酸化防止剤 カロチン色素 さばのねぎ塩焼き さば 米発酵調味料 長ねぎ 水あめ レモン果汁 香辛料 植物油 こま 柑橘果皮 酒精 調味料 増粘剤 酸化防止剤 香料 ムース【乳】 加糖練乳 牛乳 水あめ 植物油 糖 脱脂粉乳 クリーム(乳製品) 安定剤 香料 乳化剤 白桃ゼリー 白桃シロップかけ 砂糖 水溶性食物繊維 酸味料 ぶどう糖果糖液糖 ゲル化剤 ビタミンC 香料 乳酸 Ca クエン酸 Na チーズささみフライ【小麦・乳】 鶏肉 フロエスタース 小麦粉 パン粉 しょうゆ コーンスターチ 小麦たん白 チキンスープ 砂糖 香辛料 りんご発酵調味料 発酵調味料 しょうが にんにく 酵母エキス 乳化剤 増粘多糖類 膨脹剤 カレーピラフの具【小麦】 にんじん コーン たまねぎ 植物油 カレー粉 チキンエキス チキンコンソメパウダー 香辛料 小麦たん白発酵調味料 酵母エキスパウダー オニオンエキスパウダー 加工でん粉 砂糖 キサンタンガム 香料 コールスロードレッシング 食用植物油 醸造酢 レモン果汁 バイン果汁 砂糖 水あめ 香辛料 酵母エキス オニオンエキス 香料 増粘剤 乳化剤 麦芽糖 寒天 増粘多糖類 いちごジャム いちご 還元麦芽糖水あめ 砂糖 ベクタン 酸味料 香料
27月	①むぎごはん 	②牛乳	③みそけんちん汁 ④さばのねぎ塩焼き ⑤野菜と雑穀のふりかけ	①こめ おおむぎ ④じゃがいも こまあぶら ⑤ゆさいとぎょくくのふりかけ	②ぎゅうにゅう ③とりにく あつあげ おむぎみそ こめみそ ④さばのねぎしおやき	③にんじん ごぼう だいこん はだいこん こんにゃく	③かつおぶし	630 790	27.7 34.3	
28火	①カットコッパン 	②牛乳	③もずくスープ ④ミートサンド ⑤ムース	①コッパン ④さんおんとう サラダあぶら ⑥ムース	②ぎゅうにゅう ③カットウイナー もずく ④ぶたにく だいず	③にんじん たまねぎ キャベツ えのきたけ ④にんじん たまねぎ ビーマン トマト にんにく	③とりガラスープ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう ④ゲチャップ のうこうソース ナツメグ こしょう	633 795	28.7 36.2	
29水	①カレーピラフ 	②牛乳	③野菜のコンソメスープ ④チーズささみフライ ⑤白桃ゼリー	①こめ おおむぎ ③じゃがいも ④なたねあぶら ⑤白桃ゼリー	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ だいず ④チーズささみフライ	①カレーピラフのぐ ③にんじん チンゲンサイ しめじ	③とりガラスープ うすくちしょうゆ ④コンソメ こしょう	634 799	26.0 32.4	
30木	①コッパン 	②牛乳	③トマトの塩スパゲッティ ④えだまめときゅうりのサラダ ⑤いちごジャム	①コッパン ③スパゲッティ オリーブオイル サラダあぶら ④コールスロードレッシング ⑤いちごジャム	②ぎゅうにゅう ③ベーコン ゼラチン	③にんじん たまねぎ トマト ビーマン セロリ にんにく マッシュルーム ④にんじん キャベツ きゅうり えだまめ カリフラワー コーン	③コンソメ こしょう	641 829	22.5 29.2	

◆◆◆◆ 【献立名の番号について】 献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。 ◆◆◆◆