

日	曜	献立名	牛乳	主な食品名			エネルギー kcal	たん白質 g	
				黄	赤	緑			
				ちからやたいおんとなる	ちやにくをつくる	からだのちょうしをよくする			
8	月	あげパン	○	パン、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう	食事の前には 手洗いを忘れずに！ 	447	13.4	
9	火	ガーリックトースト	○	パン、バター	ぎゅうにゅう	にんにく、パセリ	421	13.7	
10	水	ダイスチーズパン	○	パン	チーズ、ぎゅうにゅう	野菜や果物でビタミンをとりよう！ 	401	17.2	
11	木	ピザトースト	○	パン	ベーコン、チーズ、ぎゅうにゅう	トマト、たまねぎ、ピーマン	455	19.5	
12	金	ココアあげパン	○	パン、あぶら、さとう、ココア	ぎゅうにゅう	カルシウムをとりよう！ 牛乳はカルシウムたっぷり 	452	13.6	
15	月	ホットドッグ	○	パン、さとう	ぎゅうにゅう、ウインナー	たまねぎ、トマト	526	21.2	
16	火	とりそぼろどん (ごはん)	○	こめ、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、とりにく、たまご	しょうが、たまねぎ、たけのこ、えだまめ	535	22.4	
17	水	メンチカツバーガー	○	パン、こむぎこ、パンこ、あぶら	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく	たまねぎ、しょうが	565	21.7	
18	木	ぶたキムチどん (むぎごはん)	○	こめ、むぎ、こまあぶら、さとう、こま、でんぷん	ぎゅうにゅう、ぶたにく	にんにく、たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのき、キムチ、たけのこ、にら	600	23.8	
19	金	アジフライバーガー	○	パン、こむぎこ、パンこ、あぶら	ぎゅうにゅう、アジ	野菜がとれぬいどきは 野菜ジュースでも！ 	474	21.0	
22	月	チリミートライス (ごはん)	○	こめ、あぶら、でんぷん	ぎゅうにゅう、ぶたにく	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、トマト	570	21.0	
23	火	わかめごはん サバのしおやき	○	こめ	わかめ、ぎゅうにゅう、サバ	 野菜・野菜・野菜 早寝・早起き・朝ご飯！	572	24.9	
24	水	あんかけチャーハン (チャーハン)	○	こめ、こまあぶら、さとう、でんぷん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なると	グリーンピース、しょうが、にんじん、たけのこ、しいたけ、ぎくらげ、チンゲンサイ	545	22.2	
25	木	チキンバーガー	○	パン、でんぷん、あぶら	ぎゅうにゅう、とりにく	にんにく、しょうが	615	25.4	
26	金	ポークカレーライス (ごはん)	○	こめ、あぶら、じゃがいも	ぎゅうにゅう、ぶたにく	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、りんご	645	19.3	
29	月	ミックスピラフ マスのパジリコあげ	○	こめ、こむぎこ、あぶら	ぎゅうにゅう、マス	にんじん、たまねぎ、コーン、グリーンピース、パジリコ	632	24.3	
30	火	ジャージャーどん (むぎごはん)	○	こめ、むぎ、あぶら、さとう、でんぷん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、たけのこ	609	22.4	
17回		※今月は分散登校などの新型コロナウイルス感染症拡大防止策のため、配膳がしやすく食べやすい、簡易的な献立になっています。不足する栄養につきましては、ご家庭で補っていただくようお願いいたします。					平均栄養量	533	20.4
		☆食材料の変更により、献立内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。 ☆そば、ピーナッツ、キウイ、びわは給食に使用しません。					基準栄養量	650	21.1 ～ 32.5
連絡先 永山調理所 TEL 375-4661									

今年度から牛乳が変わります！

令和2年度より、給食で提供される牛乳がパックからビンにかわります。新しい牛乳にはどんな特徴があるのでしょうか。

《おいしさの3つの秘密》

①市販の牛乳の約9割が、120～150度の超高温殺菌の牛乳ですが、パスチャライズ殺菌（72度15秒間殺菌）を行っている牛乳です。風味を損なうことなく、さらっとしてほんのり甘みのある牛乳です。

②原料乳は指定された生産者の生乳を使用しています。牛を育てる飼料の原料まで、すべての素性を明らかにしています。搾乳している乳牛が食べる配合飼料のトウモロコシと大豆かすは、遺伝子組み換えされていないものを使っています。牛乳は食べるエサによって風味がかわりますが、飼料を指定しているので、牛乳の味が変わることがほとんどありません。

③牛乳のおいしさを損なわず、繰り返し洗って使える環境にやさしい「リターナブル牛乳ビン」を使用しています。

ビンは50～60回使用したら、リサイクルにまわして新しいビンに生まれかわります。

