

<海峰小・西の杜前期 児童用>

セレクトデザート(ラフランスゼリー)

8月のこんだてひょう



氷見市学校給食センター

こんげつ 今月のもくひょう: えいせい きを付けて しょくじ 衛生に気を付けて食事をしよう

にち 日 曜	こんだてめい		ざいりょう					栄養価		備考	
			黄(き)		赤(あか)		緑(みどり)		エネルギー (kcal)		たんぱく質 (g)
			熱(ねつ)や力(ちから)になる		血(ち)や肉(にく)、骨(ほね)になる		体(からだ)の調子(ちようじ)を整(ととの)える		脂質 (g)		
			炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン				
29 月	ごはん カレーコロッケ ぎゅうにゅう かいそうサラダ セレクトデザート やさいスープ	ごはん コロッケ ゼリー	こめあぶら	ウインナー	ぎゅうにゅう かいそう	きゅうり えだまめ もやし たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム パセリ	621 17.3 17.6				
30 火	しそごはん わふうハンバーグ ぎゅうにゅう あおなのごまひたし なめこととうふのみそしる	ごはん さんおんとう	ごま	ハンバーグ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	しそ だいこん こまつな ねぎ キャベツ にんじん なめこ	595 23.7 18.2	<給食なし> 海峰5・6年			
31 水	むぎごはん コーンシューマイ ぎゅうにゅう ブロッコリーサラダ チキンカレー	むぎごはん さとう じゃがいも	こめあぶら とうにゅうバター ぎゅうし	コーンシューマイ とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	ブロッコリー キャベツ にんじん しょうが にんにく グリンピース りんご たまねぎ トマト	675 21.7 18.3	<給食なし> 比美乃江6年 海峰5・6年			

ふとじ ひみ しょくざい ふとじ こんだて ひみさん に ほ しょう
※太字は氷見の食材です。太字の献立には、だしに氷見産の煮干しを使用しています。

つごう こんだて へんこう
 ※都合により献立が変更になることがあります。

つぎ しょくひん ふく ばあい こんだてめい よこ しるし しょくもつ たいおう さんこう
 ※次の食品が含まれている場合は、献立名の横に印がついています。食物アレルギー対応の参考にしてください。

卵 (魚卵を除く) 乳・乳製品 甲殻類(エビ・カニ) 種・ごま、栗を除く種実類

