



7月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こ ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う			エネルギー (キロカロリー) 基準値 (小) 650 (中) 830	塩分(グラム) 基準値 (小) 2.0未満 (中) 2.5未満
		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)		
		ねつや力 ちから のもとになる	体 からだ をつくる	体 からだ の調子をととのえる		
1・金	ごはん 牛乳 はっぼうどうふ ばんさんすう	こめ ごまあぶら でんぷん はるさめ ごま さとう	牛乳 ぶたにく えび とうふ うずらたまご ハム	たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが もやし きゅうり	641	1.9
					821	2.4
4・月	ごはん 牛乳 よしのに きゅうりとわかめのすのもの	こめ こめあぶら じゃがいも さとう でんぷん ごま	牛乳 とりにく なまあげ わかめ しらすぼし ちくわ	にんじん こんにやく しめじ ほうれんそう きゅうり	608	1.6
					777	2.2
5・火	コーンとひよこまめのピラフ 牛乳 しろみぎかなのエスカベッシュ もやしスープ	こめ バター でんぷん なたねあぶら さとう こめあぶら	牛乳 ひよこまめ とりにく ホキ ぶたにく	たまねぎ にんじん コーン パセリ ピーマン もやし えのきたけ きくらげ チンゲンサイ	602	2.7
					780	3.7
6・水	ぶたみそどんぶり 牛乳 とうがんじる れいとうみかん	こめ ごまあぶら さとう でんぷん	牛乳 ぶたにく なまあげ あかみそ とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん こまつな いとこんにやく にんにく しょうが ねぎ とうがん しめじ みかん	626	1.9
					787	2.4
7・木	ツイストパン 牛乳 スパニッシュチーズオムレツ えだまめのしおゆで たなばたスープ	パン(さとう バター) こめあぶら じゃがいも	牛乳 たまご ベーコン チーズ てぼうまめ とりにく	たまねぎ にんじん パセリ えだまめ コーン えのきたけ ブッキーニ	654	2.7
					835	3.7
8・金	ごはん 牛乳 にくどうふ キャベツのごまあえ	こめ さとう こめあぶら ごま ねりごま	牛乳 ぶたにく とうふ さつまあげ こんぶ	たまねぎ にんじん まいたけ ごぼう ねぎ いとこんにやく キャベツ こまつな	592	2.0
					759	2.6
11・月	なつやさいかレーライス 牛乳 フルーツのヨーグルトあえ	こめ じゃがいも こめこ こめあぶら はつみつ バター くらざとう	牛乳 とりにく ヨーグルト	たまねぎ なす トマト にんじん かぼちゃ にがうり にんにく しょうが みかん缶 もも缶 パイン缶	702	1.6
					907	1.8
12・火	ジャージャーめん 牛乳 〔1食用ちゅうかめん〕 トマトのあおじそドレッシングサラダ マーラーカオ	ちゅうかめん こめあぶら さとう でんぷん ごまあぶら べにばなあぶら こむぎこ バター	牛乳 ぶたにく あかみそ しらすぼし ツナ たまご	ほししいたけ にんじん たまねぎ しろねぎ もやし きくらげ しょうが トマト にんにく きゅうり キャベツ あおじそ	632	2.6
					799	3.5
13・水	ごはん 牛乳 たちうおのてんぷら ゆでやさい もずくとながいものみそしる	こめ こむぎこ でんぷん なたねあぶら ながいも	牛乳 たちうお もずく ちくわ みそ	キャベツ にんじん たまねぎ チンゲンサイ	672	2.2
					868	2.7
14・木	コッペパン 牛乳 チキンピーンズ ごぼうサラダ アイスクリーム	パン こめあぶら さとう じゃがいも アーモンド べにばなあぶら	牛乳 だいず とりにく ハム アイスクリーム	たまねぎ にんじん にんにく トマト ごぼう きゅうり	687	2.4
					854	3.3
15・金	ごはん 牛乳 いりどうふ さんしょくあえ	こめ こめあぶら さとう ごま ごまあぶら	牛乳 とうふ とりにく ひじき たまご ちくわ	たまねぎ にんじん ねぎ コーン キャベツ	611	2.1
					779	2.7
19・火	ごはん 牛乳 こいわしのからあげ こまつなのおひたし わかめのみそしる	こめ でんぷん じゃがいも なたねあぶら さとう	牛乳 こいわし かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	こまつな もやし たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	650	2.0
					832	2.6

- * () は、パン、ごはんに入っている材料、[] は1食用小袋のものです。
- * 詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。
- * エネルギーと塩分(減塩の取り組みから)を栄養表示として示しています。参考にしてください。
- * 都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。
- * アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。
- * 12日(火)の1食用中華麺は、同じ製造ラインで、卵を使った麺、日本そばを製造しています。

レシピ紹介『ジャージャー麺』

【材料(4人分)】

中華めん	4玉
豚ミンチ	120g
油	2g
トウバンジャン	1g
しょうが	3g
にんにく	3g
白ねぎ	30g (1/3本)
干し椎茸	4g (2枚)
玉ねぎ	100g (小1個)
にんじん	40g (1/3本)
(冷)鶏がらスープ	30cc
水	30cc
酒	6g
みりん	6g
砂糖	2g
テンメンジャン	22g
赤みそ	24g
しょうゆ	6g
でん粉	1.5g
ごま油	1g
もやし	120g (1/2袋)

【作り方】

- ①中華めんはゆでて冷やしておく。
- ②野菜と干し椎茸はみじん切りにする。
- ③油を熱してトウバンジャン、しょうが、にんにく、白ねぎを炒め、香りが出たら豚ミンチを入れて炒める。
- ④干し椎茸、玉ねぎ、にんじんを入れて炒める。
- ⑤鶏がらスープと水、調味料を入れて煮る。
- ⑥水溶きでんぷんでとろみをつけ、ごま油を入れる。
- ⑦中華めんに⑥の肉みそをかけ、さっとゆでたもやしを添えてできあがり。

★ピリ辛の肉みそと、もやしのシャキシャキ食感が食欲をそそります。休日の屋ご飯に作ってみてはどうですか？

★分量は給食用です。アレンジして作ってください。

令和3年度 学校給食会計決算報告

学校給食会計決算を次のとおり報告します。(単位:円)

収入の部			
科 目	調 定 額	収 入 済 額	収入未済額
給 食 費	123,101,842	123,101,842	0
前 年 度 繰 越 金	525,954	525,954	0
保 存 用 食 材 費	123,045	123,045	0
消 費 税 還 付 金	0	0	0
合 計	123,750,841	123,750,841	0
支出の部			
科 目	支 出 済 額	収入の部 123,750,841	
給 食 材 料 費	123,298,555	－支出の部 123,405,655	
消 費 税 納 付 金	107,100	計 345,186	
合 計	123,405,655		

令和3年度は、給食費等収入済額1億2,375万841円に対し、支出済額1億2,340万5,655円で、翌年度繰越額は34万5,186円となりました。