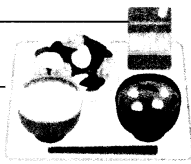




予定献立表

今月の目標 衛生的な食事をしよう



栄養素	今月の1食あたりの予定平均摂取量	
	小学生(中学年)	中学生
エネルギー kcal	675	790
たんぱく質 g	25.1	29.1
脂 質 g	21.0	23.9
炭水化物 g	93.1	110.8
食塩相当量g (塩の汁も含む)	2.6	3.1



ホームページにて予定献立表・使用予定食材産地・給食だよりの情報公開をしています。

2020(令和2)年7月1日~31日(21日間)

月	火	水	木	金
<p>太字は、リクエストメニューです。</p> <p>がししょうがっこう やまべしょうがっこう なかふらのしょう 東小学校、山部小学校、中富良野小がっこう しむかぶちゅうおうしょうがっこう 学校、占冠中央小学校から、リクエストをいただきました。ありがとうございました。</p> <p>☆印は、新メニューです。</p> <p>たんぱん ちんご ちんご ちんご ちんご 単品での揚げ物・蒸し物・焼き物および一食包装のものを除き、料理名の下に使用食材名を記載しております。</p>	<p>一言メモ</p> <p>7日(火)</p> <p>スラッピージョーは新メニューです。スラッピーは、「なまけもの」という意味で、具をパンにはさんで、手づかみで食べられるのでこの名前がついたとも言われています。具はミートソースのような味付けです。背割りコッペパンになっているのでぜひはさんで食べてください!</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>れんこんのおかか炒め</p> <p>チキン味噌カツ</p>	<p>牛乳</p> <p>焼きそば</p> <p>カットコーン</p> <p>はちみつレモンゼリー</p>	<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>おくらと卵のふわとろスープ</p> <p>米粉のドライカレー</p> <p>ミニアメリカンドック</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>けんちん汁</p> <p>豚肉と大根のみそ煮</p> <p>和風きんぴら包み焼き</p>	<p>6</p> <p>コッペパン(背割り)</p> <p>牛乳</p> <p>具だくさん</p> <p>コンソメスープ</p> <p>☆スラッピージョー</p> <p>ほしのコロッケ</p>	<p>7</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>きのこの中華スープ</p> <p>豚キムチ丼</p> <p>軟骨入り鶏つくね</p>	<p>8</p> <p>牛乳</p> <p>とんこつラーメン</p> <p>春巻き</p> <p>プリン</p>	<p>9</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>根菜の煮物</p> <p>さばの塩焼き</p> <p>スティック納豆</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>肉じゃが</p> <p>さんまの梅煮</p>	<p>13</p> <p>ミルクパン</p> <p>牛乳</p> <p>じゃがいものポタージュ</p> <p>スパゲッティナポリタン</p> <p>チキンのオープン焼き</p>	<p>14</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>麻婆茄子</p> <p>キャベツ餃子</p>	<p>15</p> <p>牛乳</p> <p>かしわうどん</p> <p>ふらのメロン(生)</p> <p>型抜きチーズ</p> <p>ふるさと食材の日</p>	<p>16</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>寒天スープ</p> <p>ガパオライス</p> <p>目玉焼き</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>切干大根の炒め煮</p> <p>根菜入りメンチカツ</p>	<p>20</p> <p>かぼちゃパン</p> <p>牛乳</p> <p>ミルクオニオンスープ</p> <p>ウイナーポテト炒め</p> <p>ケチャップ肉団子</p>	<p>21</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>カロテンカレー</p> <p>牛乳ジュレ</p> <p>ナゲットS</p>	<p>22</p> <p>海の日</p> <p>23</p> <p>☆☆☆☆ 7月29日(水)の献立について ☆☆☆☆</p> <p>7月29日(水)の献立は東小学校の保健委員会のみなさんが、「東っ子がどんな献立ならたくさん食べられるか考えて提案しよう」を目標に給食の献立をみんなで相談しながら考えてくれました。東小学校以外の学校のみなさんも一口でも多く食べてみませんか? (右の給食のイラストは、東小学校の保健委員会のみなさんが描きました。)</p>	<p>24</p> <p>スポーツの日</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>厚揚げのみそ炒め</p> <p>ほっけの塩麹焼き</p>	<p>27</p> <p>バターパン</p> <p>牛乳</p> <p>キャベツとベーコンのスープ</p> <p>ペペロンチーノ</p> <p>スペイン風オムレツ</p>	<p>28</p> <p>ごはん</p> <p>麦茶</p> <p>わかめスープ</p> <p>豆腐のカレー煮</p> <p>ちくわの磯辺揚げ</p>	<p>29</p> <p>牛乳</p> <p>塩野菜ラーメン</p> <p>チーズ入りはんぺんフライ</p> <p>ヨーグルトゼリー</p>	<p>30</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>ハヤシライス</p> <p>☆フルーツ杏仁</p> <p>ミニチキン</p>
<p>31</p>	<p>31</p>	<p>31</p>	<p>31</p>	<p>31</p>

【お知らせ】先月、JAふらのさんより無償提供の玉ねぎを給食の一部に使わせていただきました。ありがとうございました。
*献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

富良野学校給食センター