

# B 平成24年4月分家庭配付献立表

(財)広島市学校給食会・広島市教育委員会

実施日	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
献立名	(むぎごはん) ミルク ①ハヤシライス ②さんしょくツテー ③はっさく	(むぎごはん) ミルク ①おやこどんぶり ②だいずのぎすけに ③あまなつかん	こくとうパン ミルク ①スパイシーチキン ②おんやさい ③キャロットスープ	(むぎごはん) ミルク ①もぶりごはん ②みそしる ③もみじまんじゅう	(むぎごはん) ミルク ①ビーフカレーライス ②フルーツヨーグルトあえ	こがたバターパン ミルク ①ミートビーンズ ②フレンチサラダ ③バナナ	ごはん ミルク ①じゃがいものそぼろに ②わふうサラダ	むぎごはん ミルク ①かつおのたつたあげ ②ひじきのいために ③ひろしまっこじる	ごはん ミルク ①とうふの ちゅうかスープに ②あげぎょうざ ③こまつなのちゅうかあえ
食材料名	●牛乳 ①△麦ごはん ●(牛肩肉 赤ワイン) □たまねぎ □にんじん □セロリー □パセリ △(食用米油 おろし生にんにく ハヤシルウ ドミグラスソース トマトケチャップ ウスターソース 食塩) △さとう こしょう 水 ②●ボンレスハム ●(鶏卵 食塩) △(食用米油 □(冷)ほうれんそう △食用米油 食塩 こしょう) ③□はっさく <b>地場産物の日 はっさく</b>	●牛乳 ①△麦ごはん ●若鶏胸肉 ●鶏卵 □たまねぎ □にんじん □ねぎ だし昆布 かつお節出し用しょうゆ △さとう 清酒 食塩 水 ②●(かえりいりこ △(食用米油 大豆) △でん粉 △(食用米油 △(さとう しみそ) しょうゆ △白いりごま) ③□あまなつかん	△黒糖パン ●牛乳 ①●若鶏もも肉 レモン果汁 食塩 □(カレー粉 チリパウダー ガーリック パプリカ) △(でん粉 小麦粉 △(食用米油 カレールウ △(さとう みりん だし汁 食塩) ②□キャベツ ③□たまねぎ □(冷)うらごしにんじん □パセリ △ナタネサラダ油 クリームポタージュの素 コンソメ ●牛乳 ●脱脂粉乳 食塩 こしょう 水 <b>地場産物の日 レモン果汁</b>	●牛乳 ①△麦ごはん ●(ちりめんいりこ ●焼ちくわ ●油揚げ) □つきこんにやく □たまねぎ □にんじん □ごぼう □干しいたけ □ねぎ △食用米油 しょうゆ △さとう みりん だし汁 ②●木綿豆腐 △じゃがいも ●(乾)わかめ □たまねぎ □にんじん □ぶなしめじ □ねぎ 煮干し出し用 ●中みそ ●白みそ 水 ③△もみじまんじゅう一食用 <b>郷土食 広島県</b>	●牛乳 ①△麦ごはん ●(牛肩肉 赤ワイン) △じゃがいも □たまねぎ □にんじん □セロリー △(食用米油 おろし生にんにく コンソメ) ドミグラスソース トマトケチャップ ウスターソース 食塩 カレー粉 ガラマサラ 水 ②□(缶)みかん □(缶)パイナップル □(缶)黄桃 □りんご ●ヨーグルト	△バターパン ●牛乳 ①△スパゲッティ 塩 △ナタネサラダ油 ●牛肩肉 ●豚肩肉 赤ワイン ●(冷)レンズ豆水煮 □たまねぎ □にんじん □セロリー □パセリ △(オリーブ油 おろし生にんにく コンソメ) ドミグラスソース トマトケチャップ ●調理用チーズ □トマトペースト ウスターソース しょうゆ 食塩 こしょう △でん粉 水 ②●ボンレスハム □(キャベツ 塩) □(きゅうり 塩) □(わげぎ □にんじん △(ナタネサラダ油 食酢 しょうゆ さとう 食塩 こしょう 半すり白いりごま) △(洋がらし) ③□バナナ <b>地場産物の日 わげぎ</b>	△ごはん ●牛乳 ①●(牛肩肉 豚肩肉) ●さつま揚げ △じゃがいも □糸こんにやく □たまねぎ □にんじん □さやいんげん △食用米油 しょうゆ △さとう 清酒 △でん粉 水 ②●焼ちくわ □(だいこん 塩) □(きゅうり 塩) □(わげぎ □にんじん △(ナタネサラダ油 食酢 しょうゆ さとう 食塩 こしょう 半すり白いりごま) △(食酢 しょうゆ) <b>地場産物の日 食育の日 (わ食の日)</b>	△ごはん ●牛乳 ①●(冷)かつおしょうが しょうゆ 清酒 △でん粉 △食用米油 ②●さつま揚げ □つきこんにやく ●(乾)ひじき □にんじん □さやいんげん △食用米油 しょうゆ △さとう みりん 水 ③●木綿豆腐 ●油揚げ □たまねぎ □にんじん □えのきたけ □ねぎ ●ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 <b>食育の日 (わ食の日)</b>	△ごはん ●牛乳 ①●(冷)むきえび 清酒 △(でん粉 ●木綿豆腐 □にんじん □たけのこ水煮 □干しいたけ □チンゲン菜 △食用米油 中華スープストック しょうゆ) △さとう 食塩 こしょう △ごま油 △でん粉 水 ②●(冷)レバー入りぎょうざ △食用米油 ③□小松菜 □(きゅうり 塩) □(食酢 しょうゆ) △(さとう しょうゆ 食塩) <b>地場産物の日 小松菜</b>
栄養量	674 23.4	675 29.5	730 28.1	643 21.2	692 19.6	665 25.4	644 22.3	629 31.0	674 27.7
実施日	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	<p>学校給食は、「学校給食法」という法律の中で7つの目標を定め、これらの目標を達成するため、学校教育活動の一環として実施しています。</p> <p><b>(学校給食の目標)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること</li> <li>日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと</li> <li>学校生活を豊かにし、明るく社交性及び協同の精神を養うこと</li> <li>食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと</li> <li>食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと</li> <li>我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること</li> <li>食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと</li> </ul> <p><b>【家庭配付献立表について】</b> 毎月の「家庭配付献立表」には、その日の献立と使用する食品を載せています。「●」「△」「□」は、それぞれの食品が体の中でどんな働きをするかを表しています。献立表を見ながら、家庭の食事でもチェックしてみてください。</p> <p>●：赤〔おもに体をつくるもとになる〕 △：黄〔おもにエネルギーのもとになる〕 □：緑〔おもに体の調子をととのえるもとになる〕</p>			
献立名	ごこくごはん ミルク あじつけのり ①うまに ②すのもの ③しょくいっくミックス	たけのこごはん ミルク ①さわらのてんぷら ②キャベツのゆかりあえ ③かきたまじる	ごはん ミルク ①なまあげのちゅうかに ②やさしいため ③オレンジ	(しょくパン) ミルク ①セルフポテトサラダサンド ②オニオンスープ	ごはん ミルク ①きつねうどん ②ししやものからあげ ③おひたし				
食材料名	△五穀ごはん ●味付けのり一食用 ●牛乳 ①●若鶏もも肉 ●うずら卵水煮 ●さつま揚げ ●(冷)生揚げ △じゃがいも □板こんにやく □にんじん しょうゆ △さとう みりん 水 ②●(冷)切りか 清酒 ●(乾)わかめ □キャベツ □(きゅうり 塩) □にんじん △(食酢 さとう しょうゆ 食塩) ③●角切昆布 ●煎り大豆 ●かえりいりこ	△たけのこごはん ●牛乳 ①●(冷)さわら切身 食塩 △(小麦粉 ●(きな粉 水) △(食用米油 □(キャベツ 塩) □赤じそ粉) ③●鶏卵 ●かまぼこ ●(乾)わかめ □たまねぎ □にんじん □えのきたけ □みつば かつお節出し用 だし昆布 しょうゆ 食塩 △でん粉 水 <b>教科関連献立 1年国語科・3年音楽科 「春の献立」</b>	△ごはん ●牛乳 ①●豚肩肉 ●生揚げ □たまねぎ □にんじん □にら △(ごま油 おろし生にんにく しょうが 豆板醤 しょうゆ) ●赤みそ みりん △さとう △でん粉 △白いりごま 水 ②□キャベツ □太もやし □小松菜 △ごま油 中華スープストック しょうゆ 食塩 こしょう ③□オレンジ	●牛乳 ①△食パン ●ボンレスハム ●調理用チーズ △(じゃがいも 食酢 食塩 こしょう 洋がらし) □(きゅうり 塩) □にんじん △マヨネーズ(ハーフタイプ) ②●ベーコン □たまねぎ □にんじん □パセリ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水	△ごはん ●牛乳 ①△(ゆで)うどん ●若鶏胸肉 ●油揚げ △(さとう しょうゆ みりん 水) □たまねぎ □にんじん □ねぎ 煮干し出し用 しょうゆ 清酒 食塩 水 ②●(冷)子持ちししやも △でん粉 △食用米油 ③□ほうれんそう □キャベツ しょうゆ				
栄養量	677 26.4	620 26.4	654 25.9	593 21.1	592 23.3				

※●：赤(おもに体をつくるもとになる) △：黄(おもにエネルギーのもとになる) □：緑(おもに体の調子をととのえるもとになる) ※栄養量欄の左はエネルギー(kcal)、右はたんぱく質(g) <http://www.city.hiroshima.lg.jp/kyusyoku/>  
※給食実施日は、各学校で異なりますので、学校からの便り等で確認してください。

