

8月9月予定 献立表

令和5年8月9月 大分大学教育学部附属小学校

きれいに洗った「はし」と「スプーン」を
忘れずにお持ちください。

日	こんだて名	牛乳	体をつくる	体を守る	体を動かす	エネルギー たんぱく質
8月23日(水) 授業開始日 11:30下校						
24木	減量コッペパン グリル野菜のミートソーススパゲティ アセロラゼリー	○	ぶたにく, だいず, チーズ	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマト, マッシュルーム, なす, ピーマン, トマトケチャップ, 枝豆	コッペパン オリーブ油, スパゲティ アセロラゼリー	576 kcal 23.0 g
25金	弁当日(水筒) 					
28月	ごはん チキンカレー 福神漬け・もものゼリー	○	とりにく	にんにく, しょうが, たまねぎ, にんじん, りんご, トマトケチャップ, 枝豆 福神漬け	米 サラダ油, じゃがいも, カレールウ もものゼリー	511 kcal 20.1 g
29火	背割りコッペパン スラッピージョー マカロニスープ	○	ぶたにく, ベーコン(乳・卵なし), だいず ベーコン(乳・卵なし)	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトケチャップ たまねぎ, にんじん, しめじだけ, しょうが, にんにく, 枝豆	コッペパン サラダ油, さとう, パン粉 オリーブ油, さとう, マカロニ	534 kcal 22.2 g
30水	ごはん 豆腐のカレー煮 ハイカラ漬け(唐辛子ぬき)	○	ぶたにく, とうふ	にんにく, たまねぎ, にんじん, 干しぶどう, トマトケチャップ, たら, ほうれんそう ハイカラ漬け(だいこん, きゅうり, にんじん)	米 サラダ油, カレールウ	520 kcal 22.9 g
31木	コッペパン ポークビーンズ コーンサラダ	○	ぶたにく, ベーコン(乳・卵なし), だいず ロースハム(乳・卵なし)	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトケチャップ キャベツ, きゅうり, にんじん, とうもろこし	コッペパン サラダ油, 金時豆 大福豆, さとう, じゃがいも サラダ油, さとう	511 kcal 24.1 g
1金	9月 弁当日(水筒) 					
4月	ごはん ハヤシライス(ラッキーにんじん入り) ツナとわかめのサラダ	○	ぶたにく わかめ, まぐろ油漬け	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマトケチャップ, 枝豆 にんじん, キャベツ, きゅうり	米 サラダ油, ハヤシライスルウ さとう, サラダ油, ごま油	508 kcal 19.6 g
5火	コッペパン とりのから揚げレモンソース コーンスープ	○	とりにく ベーコン(乳・卵なし), 牛乳, 生クリーム	レモン たまねぎ, にんじん, とうもろこし, 枝豆	コッペパン サラダ油, さとう, かたくりこ サラダ油, じゃがいも, コーンスープのもの(ほたてエキス入り), シチュールウ(魚介エキス), バター	607 kcal 24.0 g
6水	ごはん キムチそぼろ丼 とうがんのスープ	○	ぶたにく, とうふ, みそ ベーコン(乳・卵なし)	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, 朝鮮漬け(唐辛子), ねぎ たまねぎ, 干しいたけ, きくらげ, にんじん, とうもろこし, とうがん	米 サラダ油, さとう, かたくり粉 かたくり粉	503 kcal 19.8 g
7木	コッペパン チキンのクリームシチュー グリーンサラダ	○	とりにく, 牛乳	たまねぎ, にんじん, とうもろこし, 枝豆 にんじん, キャベツ, きゅうり, ブロッコリー	コッペパン サラダ油, じゃがいも, シチュールウ(魚介エキス), バター サラダ油, さとう	506 kcal 21.5 g
8金	弁当日(水筒) 					
11月	ごはん・1食のり佃煮 いわし梅煮 キムチ入り豚汁	○	のり佃煮(煮干し・カツオ入り) いわし(魚) だしかつお節, ぶたにく, 油揚げ, みそ	しそ, 梅肉 たまねぎ, にんじん, 干しいたけ, だいこん, 朝鮮漬け(唐辛子), こまつな	米 さとう, みりん	514 kcal 26.4 g
12火	黒砂糖パン 白身魚とポテトのウエスタン風 コンソメスープ	○	たら(白身魚) ベーコン(乳・卵なし)	にんじん, 枝豆, しょうが, トマトケチャップ たまねぎ, にんじん, こまつな, キャベツ	黒砂糖パン じゃがいも, サラダ油, さとう, かたくり粉	523 kcal 19.4 g
13水	タイの料理「カオマンガイ」 タイ風汁めん	○	とりにく ぶたにく	しょうが, にんにく, ねぎ しょうが, たまねぎ, にんじん, もやし, ねぎ	米, ごま油, さとう, ごま サラダ油, ひらめんビーフン, ごま油	510 kcal 26.0 g
14木	減量コッペパン きのこの和風スパゲティ コールスローサラダ	○	ウインナー(乳・卵なし) ロースハム(乳・卵なし)	にんにく, たまねぎ, マッシュルーム, しめじだけ, エリンギ, にんじん, ねぎ にんじん, とうもろこし, キャベツ, きゅうり	コッペパン サラダ油, バター, スパゲティ コールスロードレッシング(卵入り)	549 kcal 20.2 g
15金	弁当日(水筒) 					
9月18日(月) 敬老の日						
19火	減量コッペパン ジャージャー麺 春巻き	○	ぶたにく ぶたにく	しょうが, にんにく, 干しいたけ, たまねぎ, にんじん, ねぎ, チンゲン菜 キャベツ, しょうが	コッペパン サラダ油, さとう, ごま油, チャンポンめん サラダ油, 小麦粉, 春雨, かたくりこ, さとう	666 kcal 23.5 g
20水	ごはん おから入り肉じゃが たくあんのおかか炒め	○	ぶたにく, だしかつお節, おから かつお節	たまねぎ, にんじん, いんげん たくあん漬け	米 サラダ油, こんにゃく, じゃがいも, さとう サラダ油, さとう	500 kcal 19.9 g
21木	コッペパン 照り焼きじゃがマヨチキン カレースープ	○	とりにく(かたくりこ) ウインナー(乳・卵なし)	たまねぎ, にんじん, にんにく, とうもろこし, かぼちゃ, トマト, なす, 枝豆	コッペパン じゃがいも, サラダ油, さとう, ごま, かたくり粉, マヨネーズ(卵なし) オリーブ油, さとう	596 kcal 19.9 g
22金	弁当日(水筒) 					
25月	バターライス チキンのトマトクリーム煮 かぼすとレンコンのサラダ	○	とりにく, 牛乳, チーズ, 生クリーム ロースハム(乳・卵なし)	にんにく, たまねぎ, にんじん, トマト, トマトピューレ, トマトケチャップ, 枝豆 かぼす, れんこん, キャベツ, きゅうり, にんじん	米, バター オリーブ油, じゃがいも, さとう, バター さとう, ごま, サラダ油	505 kcal 19.3 g
26火	コッペパン 煮込みハンバーグ さつまいもときのこのミルクスープ	○	ハンバーグ(とりにく・ぶたにく) ベーコン(乳・卵なし), 牛乳	トマトケチャップ たまねぎ, にんじん, エリンギ, しめじだけ, ブロッコリー	コッペパン さとう サラダ油, さつまいも, シェルルース(チーズ・ほたてエキス入り), バター	592 kcal 24.4 g
27水	群馬県の郷土料理「豆腐めし」 さんま生姜煮 ナスのみそ汁	○	とうふ, けずりぶし粉(かつお, さば, ウメイソ) さんま(魚) だしかつお節, 油揚げ, とうふ, みそ, わかめ	にんじん, 干しいたけ しょうが たまねぎ, にんじん, えのきだけ, なす, キャベツ, ねぎ	米, サラダ油, さとう さとう, みりん	522 kcal 23.4 g
28木	横割り丸コッペパン カレーポテトコロッケ・ポイル野菜・1食たれ お月見中華スープ 十五夜デザートゼリー	○	カレーポテトコロッケ(ぶたにく) ぶたにく	カレーポテトコロッケ(たまねぎ, とうもろこし, にんじん)キャベツ にんにく, しょうが, にんじん, たまねぎ, チンゲン菜	コッペパン カレーポテトコロッケ(じゃがいも, パン粉), サラダ油 ごま油, 白玉もち 十五夜ゼリー(卵・乳なし/みかん・ぶどう)	572 kcal 20.7 g
29金	弁当日(水筒) 					

お知らせ ・材料などの都合により献立を変更する場合があります。

給食ひとくちメモ 8・9月号

令和5年8月21日（月）

内容【令和5年8・9月の献立について】

担当：栄養教諭 後藤

1. 献立について

- 1) 夏休み明けは子どもたちの疲れが出やすく、また、食欲の低下が予想されることから、食欲増進作用のあるカレー粉等の香辛料や疲労回復に効果のある酢を使った料理を多く取り入れていきます。
- 2) さっぱりと食べられる冷たい和え物を多く取り入れていきます。ただし、食中毒が発生しやすい時期でもあるため、衛生管理には十分に気をつけていきます。
- 3) 9月29日（金）は『中秋の名月』です。1日早いですが、お月見の行事食を提供します。
- 4) 「さつまいも」や「きのこ」等を取り入れることで、秋の味覚が少しずつ楽しめるようにしています。

2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理は『タイ』の『カオマンガイ』を提供します。タイ米（ジャスミンライス）を鶏の油で炒め、鶏のスープで炊き込んだご飯の上に、ゆで鶏（蒸し鶏）のぶつ切りをのせた料理で、甘辛いタレをつけて食べます。『カオ』は米、『マン』は油、『ガイ』は鶏を意味します。給食ではタイ米が手に入りにくいいため、日本で食べられているジャポニカ米を使います。また、現地では鶏をゆでたあとのゆで汁をスープとして提供されていることから、給食でも『ゆで汁』を使って『タイ風汁めん』を作ります。

日本の郷土料理は、群馬県利根地区の『豆腐めし』を提供します。『しょうゆめし』に、消化のよい『木綿豆腐』を炒めて入れたところ、おいしかったのが『豆腐めし』のはじまりだと言われています。給食では木綿豆腐のほかに彩りや栄養素のバランスを考え、人参やきのこを追加します。

提供月	国	世界の料理	都道府県	日本の郷土料理
9月	ブラジル	「フランゴパッサリーニョ」 「フェジョアード」	滋賀県	かしわのじゅんじゅん
10月	カタール	「マクブース」 「ひよこ豆のハリーススープ」	愛知県	煮みそ
11月	コスタリカ	ピカディージョ	岐阜県	鶏ちゃん
12月	アメリカ	ジャンバラヤ	福井県	こじわり
1月	エクアドル	セコ・デ・チャンチョ	石川県	とり野菜
2月	イタリア	ミルファンティ	富山県	おすわい
3月	ドイツ	カルトッフェル・ズッペ	長野県	大平（おおびら）
4月	スコットランド	レンティルスープ	山梨県	かつ井
5月	韓国	チャプチェ・トックスープ	神奈川県	けんちん汁
6月	ウェールズ	「カウル」	東京都	深川めし
7月	中国	「青椒肉絲」「酸辣湯」	埼玉県	かてめし
8月・9月	タイ	カオマンガイ	群馬県	豆腐めし

令和5年度