

H15.

7月こんだてひょう

No.1

日付	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)		
献立名	ごはん 牛乳 トンカツ マカロニサラダ 野菜スープ	梅ちりごはん 牛乳 まぐろのケチャップ煮 高野豆腐の含め煮 ミルメーク	ごはん 牛乳 魚の塩焼き きゅうりと竹輪のごま和え 京風うま煮	牛乳 カレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 冷やし中華そば ポテトグラタン オレンジゼリー		
材 料 名	豚ロース 60 卵 10 塩 こしょう 小麦粉 バン粉 油 ケチャップ ウスター さとう しょうゆ みりん	米 65 梅干 6 ちりめん 5 ごま 酒 うすくち 塩 だしこぶ かつまぐろ 40 たまねぎ 10 マッシュルーム缶 10 しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油 ケチャップ ウスター 白ワイン しょうゆ さとう	鮭 60 塩 6 きゅうり 25 もやし 10 竹輪 5 ごま しょうゆ みりん 塩 うすくち	米 72 牛肉 30 じゃが芋 63 たまねぎ 45 にんじん 22 グリビース 3 にんにく バター カレールウ しょうが 塩 こしょう しょうゆ コンソメ	中華麺 75 ロースハム 10 きゅうり 13 もやし 10 にんじん 30 トマト 30 錦糸卵 10 ごま しょうゆ 酢 ごま油 さとう しょうが レモン コンソメ		
	マカロニ 7 にんじん 6 きゅうり 13 ロースハム 5 マヨネーズ 4 酢 油 塩 こしょう	高野豆腐 4 平天 10 にんじん 10 たけのこ 10 干しいたけ しょうゆ うすくち さとう 酒 みりん 塩 だしかつお だしこぶ ごま	鶏肉 20 大豆 12 厚揚げ 15 いんげん 3 にんじん 20 芽ひじき 油 さとう 酒 しょうゆ 塩 だしかつお	ヨーグルト無糖 30 みかん缶 15 黄桃缶 10 パイナップル 15 りんご 25 バナナ 20	じゃが芋 40 むきえび 30 鶏肉 20 たまねぎ 25 マッシュルーム缶 8 料理用牛乳 30 塩 こしょう バタールバター 小麦粉 とろけるチーズ 粉チーズ 油 オレンジゼリー 50		
	7 4 4 Kcal	6 1 8 Kcal	6 1 5 Kcal	6 8 2 Kcal	6 7 0 Kcal		
	日付	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	14日(月)	15日(火)
	献立名	麦ごはん 牛乳 つくねの照り焼き 中華サラダ 粉ふき芋	ごはん 牛乳 魚のマリネ 青菜ともやしのごまあえ かやくうどん汁	ごはん 牛乳 鶏肉とじゃがいもの胡麻風味 きゅうりとわかめの酢の物 とうもろこし	ロールパン 牛乳 かぼちゃコロッケ ミネストローネ すいか	牛乳 五目寿司 じゃがいものせん切り炒め そうめん汁	玄米ごはん 牛乳 えびフライ キャベツとひじきの甘酢あえ がんものそぼろあんかけ
	材 料 名	米 49 米粒麦 7 鶏ミンチ 60 ねぎ 6 生しいたけ 6 にんじん 5 卵 8 塩 こしょう 小麦粉 バン粉 さとう みりん 酢 しょうゆ しょうが 片栗粉	あじ 50 塩 小麦粉 片栗粉 油 トマト 10 たまねぎ 6 きゅうり 5 酢 刺オイル さとう しょうゆ ほうれん草 28 もやし 5 しょうゆ みりん ごま 塩	じゃが芋 55 鶏肉 40 にんじん 5 しらたき 15 きぬさや 5 塩 油 ごま油 だしかつお しょうゆ さとう 酒 ごま うすくち	バターロール 70 じゃが芋 50 かぼちゃ 20 たまねぎ 10 豚ミンチ 18 卵 8 バター 小麦粉 バン粉 塩 こしょう 油	米 54 酢 白さとう 塩 だしこぶ 鶏肉 15 油あげ 5 ごぼう 7 たけのこ 13 にんじん 13 田舎こんにゃく 13 寿司用こんぶ 高野 干しいたけ 酒 さとう しょうゆ ごま だしかつお	米 49 ヌーバー玄米 7 エビ 40 卵 9 塩 こしょう 小麦粉 バン粉 油 キャベツ 30 にんじん 10 油あげ 5 さとう しょうゆ 芽ひじき 酢 さとう 塩 ごま油
		緑豆春雨 4 きゅうり 8 にんじん 6 キャベツ 20 ロースハム 5 ごま油 酢 さとう しょうゆ うすくち 塩 じゃが芋 40 あおりの塩	うどん 24 鶏肉 5 かまぼこ 5 にんじん 5 キャベツ 25 油あげ 5 東京ねぎ 2 しょうゆ うすくち さとう 塩 だしかつお	わかめ 0 しらす 2 酢 さとう うすくち みりん 塩 だしかつお とうもろこし 80	マカロニ 12 ベーコン 8 にんじん 10 たまねぎ 30 トマトビュレール ホールトマト ケチャップ グリビース 塩 こしょう さとう 油 バタール 赤ワイン ウスター すいか 30	ほうれん草 8 そうめん 10 かまぼこ 3 えのき 5 たまねぎ 10 ねぎ うすくち 塩 酒 だしかつお	がんもどき 25 鶏ミンチ 6 うすくち 白さとう コンソメ みりん 片栗粉
		5 6 4 Kcal	5 7 6 Kcal	5 6 1 Kcal	6 9 6 Kcal	5 3 5 Kcal	6 1 9 Kcal

校内のロ-カから調理室の様子が見えるように窓がつけられ、子ども達から感想や質問など聞いてみました。

- 給食を作っているところが見えてうれしいです
- いつもご飯を作ってくれてありがとう
- ご飯おいしかったです。また作って下さい
- 調理のことが見えてうれしい
- 機械は何台ありますか？
- 調理は何分していますか？
- 働いている人は何人ですか？
- 料理はむずかしいですか？
- 今児童が一番食べてほしい料理は何？
- なぜ調理室はほとんど緑色なんですか？
- どうやってご飯をつくるの？
- 男の人は働いていますか？
- 食器はどのくらいあるんですか？
- 調理室の中は暑くないですか？
- わたしもそんなことできますか？
- なんでこんなに暑い？

質問の答えはきゅうりく委員がちょうり買さんに聞いてロ-カに掲示しています。

