

令和2年 7月27日～8月7日 中学校簡易給食予定献立

「新型コロナウイルス感染症に係る学びの保障」として長期休業の短縮により授業時間を確保することに伴い、学校給食を提供しますが食中毒の危険を考慮し、この間の給食は揚げ物などの副食の提供を中止し、学校給食費の取扱いは8食分の給食費で10食提供することとします。

室蘭市学校給食センター 室蘭市祝津町3-6-100 TEL0143-27-2511 FAX0143-27-2512

献立名	使用食材・特定原料及び特定原材料に準ずるもの()・コンタミネーション[]	エネルギー
7/27 ごはん	精白米・強化米	917
ドライカレー	豚挽肉・大豆ミート・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・食塩・ソテーオニオン・でん粉・とろける給食用カレーフレーク・ウスターソース・しょうが・にんにく・ガラスープ・カレー粉・給食用マイルドカレーフレーク・粉チーズ・こめ油・トマトケチャップ・醤油・(小麦・卵・乳・大豆・豚肉・鶏肉・りんご)・[えび・かに・牛肉・ゼラチン]	
28 コッペパン	小麦粉・食塩・イースト・脱脂粉乳・さとう・ショートニング・鶏卵・コンパウンドバター・(小麦・卵・乳)	617
野菜ボールスープ	にんじん・野菜ミックスボール・しいたけ・豆腐・長ねぎ・はるさめ・わかめ・食塩・しょうゆラーメンスープ・こしょう・ガラスープ・(小麦・大豆・ごま・豚肉・鶏肉)・[卵・乳・えび・かに・あわび・いか・やまいも・ゼラチン]	
カップレアチーズケーキ	クリームチーズ・さとう・加糖練乳・植物油脂・脱脂粉乳・ゼラチン・レモン果汁・(乳・ゼラチン)	
29 冷凍コッペパン	小麦粉・さとう・食塩・イースト・ショートニング・アセロラパウダー・(小麦)・[卵・乳]	658
ポトフ	ベーコン・カットウインナー・キャベツ・だいこん・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・ブロッコリー・しめじ・パイヨン・食塩・こしょう・コーン・スープストック・ワイン・チキンコンソメ・(小麦・卵・乳・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン)	
豆乳プリンタルト	豆乳・さとう・米粉・ショートニング・コーンフラワー・でん粉・植物油・(大豆)	
30 ごはん	精白米・強化米	711
中華丼	豚肉・でん粉・玉ねぎ・青梗菜・にんじん・白菜・ごま油・うずら卵・たけのこ・しょうが・塩ラーメンスープ・ガラスープ・ごま油・こめ油・テンメンジャン・(小麦・卵・大豆・ごま・豚肉・鶏肉)	
31 ごはん	精白米・強化米	695
鶏肉のトマト煮	鶏肉・しめじ・えだまめ・玉ねぎ・トマト・にんじん・ブロッコリー・バター・ワイン・さとう・こしょう・トマトソース・ウスターソース・チキンコンソメ・トマトソース・トマトピューレ・(小麦・乳・大豆・豚肉・鶏肉)・[牛肉・ごま・さば・りんご・もも・キウイ・オレンジ・バナナ・ゼラチン]	
8/3 コッペパン	小麦粉・食塩・イースト・脱脂粉乳・さとう・ショートニング・鶏卵・コンパウンドバター・(小麦・卵・乳)	643
給食用オレンジジュース	オレンジ・香料・(オレンジ)	
パンプキンシチュー	玉ねぎ・にんじん・かぼちゃ・グリーンピース・鶏肉・牛乳・こしょう・生クリーム・クリームコーン・コーン・コーンクリーム・こめ油・クリームシチューールウ・スープストック・チキンコンソメ・ベシャメルソース・(小麦・乳・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン)・[やまいも]	
小魚アーモンド	アーモンド・カタクチイワシ・ごま・さとう・食塩・(ごま・アーモンド)・[えび・かに・カシューナッツ・くるみ]	742
4 ごはん	精白米・強化米	
水餃子スープ	水餃子・にんじん・長ねぎ・もやし・食塩・こしょう・たけのこ・ガラスープ・チキンコンソメ・清酒・しょうゆラーメンスープ・(小麦・乳・大豆・ごま・豚肉・鶏肉)・[卵・えび・かに]	742
チーズワッフル	さとう・小麦粉・チーズ・鶏卵・植物油脂・脱脂粉乳・(小麦・卵・乳)	
5 コッペパン	小麦粉・食塩・イースト・脱脂粉乳・さとう・ショートニング・鶏卵・コンパウンドバター・(小麦・卵・乳)	673
じゃがベーコン	じゃがいも・しめじ・枝豆・玉ねぎ・にんじん・バター・こしょう・ベーコン・コーン・チキンコンソメ・スープストック・(小麦・卵・乳・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン)	
フルーツ杏仁プリン	さとう・豆乳・ももピューレ・あんず濃縮果汁・(大豆・りんご・もも)・[卵・乳]	
6 ラーメン	小麦粉・食塩・かんすい・くちなし・(小麦)・[卵・大豆・そば]	679
味噌ラーメン	コーン・にら・にんじん・長ねぎ・白菜・なると・もやし・豚肉・ごま油・こしょう・がらスープ・にんにく・味噌ラーメンスープ・しょうが・(小麦・大豆・ごま・豚肉・鶏肉・さば)・[卵・かに]	
レモンマフィン	豆乳・さとう・米粉・植物油・レモン果汁・(大豆)	
7 コッペパン	小麦粉・食塩・イースト・脱脂粉乳・さとう・ショートニング・鶏卵・コンパウンドバター・(小麦・卵・乳)	704
マカロニのハヤシ風煮	豚肉・枝豆・減塩塩こうじ・さとう・玉ねぎ・トマト・にんじん・ブロッコリー・こめ油・バター・こしょう・ペンネ・にんにく・トマトピューレ・ハヤシフレーク・スープストック・ビーフシチューフレーク・(小麦・乳・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・りんご・バナナ・ゼラチン)・[さば]	

◎1人当たりの平均摂取栄養価 エネルギー 704kcal たんぱく質 28.2g 脂質21.3g 塩分 2.9g

★「はし」は毎日持ってきて下さい。(はしは毎日洗いましょう。)

★8/3以外、牛乳は毎日つきます。

★お子様が楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。

★アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭までご連絡下さい。

★献立表はメール配信をしております。登録サイト:http://www.city.muroran.lg.jp/im/org2260/mail_k.html

★献立やアレルギー表は室蘭市学校給食センターのホームページにも掲載しています。(http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html)

