





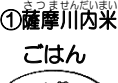
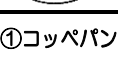









令和3年 7月 献立予定表 (A)

薩摩川内市立学校給食センター

日 曜	こ ん だ て 名			おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	ちようみりよう 調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料7品目(しょうゆ・味噌を除く)】
	主 食	牛 乳	お か す					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
1 木	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③カンパチ汁 ④焼肉炒め ⑤アーモンド (小・中のみ)	①さつまいも ②おむぎ ③カンパチ とうふ ④サラダあぶら ⑤さんおんとう ⑥アーモンド	②ぎゅうにゅう ③カンパチ とうふ こめみそ むぎみそ ④ぎゅうにく ぶたにく こめみそ かんでんこ	③にんじん とうがん こんにやく はねぎ しょうが ④にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ アップルソース にんにく しょうが	③にぼし ④こいくちしょうゆ トマトクチャップ いちみつがらし	639 793	29.0 35.9	寒天粉 麦芽糖 寒天 増粘多糖類 コッパン【乳・小麦】 小麦粉 マーガリン 砂糖 脱脂粉乳 イースト 食塩 ゼラチン 牛骨 牛皮 ちくわの磯辺揚げ【小麦】 ちくわ(たろくち) 小麦粉 でんぷん 膨張剤製剤 着色料製剤 アオサ 大豆油 カレールー【小麦】 小麦粉 カレー粉 香辛料 砂糖 玉ねぎ にんにく醤油 デキストリン 豚脂 脱脂大豆 小麦発酵調味料 ちんぴ 香辛料 米粉入り春巻き【小麦】 豚肉 たまねぎ にんじん しいたけ キャベツ 植物油 はんぺん しょうゆ 小麦粉 豚脂 でんぷん 生食 ショートニング ポークフィヨン 米粉 砂糖 発酵調味料 ポークエキス 酵母エキス 香辛料 粉あめ たんぱく加水分解物 ソルビトール 乳化剤 クエン酸Na キサンタンガム 中華だし デキストリン コーンスターチ 砂糖 酵母エキス 白菜エキス ガーリック ジンジャー 香味食用油 香辛料 発酵酵母エキス ミートボール 豚肉 たまねぎ 粉粉 豚肉 還元水あめ植物性蛋白 チキンオイル 大豆油 香辛料 トロマイト ヒロリン酸鉄 焼成Ca 豆マリンネ 大豆 青えんどう豆 たまねぎ 赤いんげん豆 砂糖 オリブオイル 赤ピーマン レモン果汁 食塩 醸造酢 しょうゆ 増粘剤 コンソメ 鶏脂 トマトパウダー ぶどう糖 デキストリン チキンコンソメパウダー 魚肝油パウダー 麦芽糖 酵母エキスパウダー にんじんエキスパウダー 砂糖 たんぱく加水分解物 チキンエキスパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料 酸味料 乳酸発酵トマトエキスパウダー お星さまコロッケ【小麦】 じゃがいも たまねぎ 鶏肉 豚肉 豚脂 砂糖 乾燥マッシュポテト 香辛料 パン粉 小麦粉 コンソメパウダー デキストリン 植物油 還元水あめ でんぷん 炭酸Ca ヒロリン酸第二鉄 魚そうめん たら 発酵調味料 水あめ 砂糖 加工でんぷん トシロース ストロベリーヨーグルト【乳】 脱脂粉乳 ぶどう糖果糖液糖 いちご果汁 砂糖 全粉乳 ゼラチン 寒天 香料 野菜色素 梅入り赤しそ 塩蔵赤しそ 塩蔵梅 砂糖 ぶどう糖 昆布エキス 酸味料 アミノ酸等 ペニコウジ色素 炭酸カルシウム ポークフランク 豚肉 馬鈴薯でんぷん 豚血漿 砂糖 香辛料 酵母エキス タバスコ 食酢 赤唐辛子 コチュジャン 米みそ 水あめ 麦芽エキス 米こうじ調味料 唐辛子 砂糖 酵母エキス メープルジャム 食物繊維(ポリチキストロース) 砂糖 酸味料 メープルシロップ 寒天 香料 カラメル オイスターソース かきエキス ほたてエキス 魚塩 砂糖 酒精 かき たんぱく加水分解物 こんぶエキス 酵母エキス 水あめ 増粘剤(加工デンプン) さばのカレー煮 さば しょうゆ 砂糖 みりん 昆布エキス でんぷん カレー粉 オニオンエキス ベーコン 豚肉 大豆たんぱく 酵母エキス 香辛料抽出物 リン酸塩 カラキナン フルタミン酸Na 砂糖 コールスロドレッシング 食用植物油 醸造酢 砂糖 水飴 シモン 果汁 バイナップル果汁 酵母エキスパウダー オニオンエキス 香辛料 キサンタンガム 加工でんぷん 乳化剤 香辛料抽出物 香料 糸かまぼこ たら 魚介エキス でんぷん みりん 砂糖 酵母エキス タバコかんでんぷん ぶどうゼリー ぶどう果汁 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 水溶性食物繊維 ワイン ビタミンC ゲル化剤 酸味料 乳酸Ca クエン酸Na 香料 パイゼリー パイナップル果汁 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 水溶性食物繊維 ゲル化剤 ビタミンC クエン酸Na ハムチーズカツ【乳・卵・小麦】 豚肉 鶏肉 豚脂 たまねぎ 海藻ミネラル 砂糖 粉末状植物性たんぱく 香辛料 ポークエキス 加工でんぷん ヒロリン酸第二鉄 フロセスチ ーズ パン粉 小麦粉 ショートニング ぶどう糖 乳化剤 太刀魚つみれ【小麦】 太刀魚 でんぷん 砂糖 小麦粉 アミノ酸 リン酸塩(Na) さつまいも【小麦】 豚肉 でんぷん(小麦・馬鈴薯) 砂糖 小麦たんぱく 白酒 発酵調味料 ぶどう糖 植物油 調味料 チキンナゲット【小麦】 豚肉 コーンスターチ パン粉 豚脂 粉末状植物性たんぱく しょうゆ チキンソース こしょう たんぱく加水分解物 おろしにんにく デキストリン 酵母エキス パン粉 小麦粉 コングリット 菜種油 パーム油 ヒロリン酸第二鉄 加工でんぷん 増粘多糖類
2 金	①黒糖パン 	②牛乳	③カレーうどん ④ちくわの磯辺揚げ ⑤オレンジジュース	①コッパン くろざとう ③うどん ④なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく あぶらあげ ゼラチン ④ちくわのいそべあげ	③たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しいたけ ⑤オレンジジュース	③だしこんぶ かつおぶし カレールー カレーこ さけ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ	682 898	26.1 34.7	
5 月	①むぎごはん 	②牛乳	③中華丼 ④米粉入り春巻き	①こめ おおむぎ ③さんおんとう さつまいもでんぷん ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく イカ エビ ④こめこいはるまき	③にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ チンゲンサイ きくらげ しょうが	③うすくちしょうゆ ちゅうかだし さけ	648 806	26.0 31.3	
6 火	①コッパン 	②牛乳	③ミートボールのスープ煮 ④ポテトと豆のフレンチトース	①コッパン ③サラダあぶら ④じゃがいも アーモンド オリーブあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③ミートボール ④まめマリンネ	③たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ マッシュルーム ④にんじん コーン パセリ レモンかじゅう	③とりガラスープ コンソメ 白ワイン こしょう うすくちしょうゆ ④あらびきこしょう す うすくちしょうゆ	605 778	22.2 28.5	
7 水	①梅入り 赤しそごはん 	②牛乳	③七タ汁 ④お星さまコロッケ ⑤ストロベリーヨーグルト	①こめ ④おほしさまコロッケ なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③うおそうめん あぶらあげ ⑤ストロベリーヨーグルト	①うめいりあかしそ ③もやし だいこん にんじん オクラ しいたけ	③さけ かつおぶし うすくちしょうゆ	710 839	23.6 28.0	
8 木	①カットコッパン 	②牛乳	③ふわふわ卵スープ ④ポークフランクマトリョス	①コッパン ③じゃがいも パンこ ④サラダあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③とりにく たまご ④ポークフランク	③にんじん たまねぎ ほうれんそう えのきだけ ④しょうが にんにく たまねぎ パセリ トマト	③とりガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう ④トマトクチャップ こいくちしょうゆ ウスターソース	642 836	27.6 35.6	
9 金	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③あさり <small>こまつな</small> と小松菜のみそ汁 ④スタミナ納豆	①さつまいも おおむぎ ③じゃがいも ④サラダあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③あさり あぶらあげ こめみそ むぎみそ ④なっとう だいず ぶたにく こめみそ	③こだいすもやし にんじん こまつな しいたけ ④にら しょうが にんにく	③かつおぶし ④タバスコ みりん こいくちしょうゆ コチュジャン	594 753	25.7 32.3	
12 月	①コッパン 	②牛乳	③中華スープ ④カシューナッツ炒め ⑤メープルジャム	①コッパン ③ごまあぶら ④カシューナッツ さんおんとう じゃがいもでんぷん ごまあぶら ⑤メープルジャム	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく くわいかめ ④とりにく	③にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ えのきだけ ④たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく	③うすくちしょうゆ ちゅうかだし とりガラスープ ④こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さけ こしょう オイスターソース	617 788	26.3 33.6	
13 火	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③かいのこ汁 ④さばのカレー煮	①さつまいも おおむぎ	②ぎゅうにゅう ③とりにく だいず あぶらあげ こんぶ むぎみそ ④さばのカレーに	③かぼちゃ なす こんにやく きくらげ とうがん いんげん しょうが	③かつおぶし	678 879	26.0 33.7	
14 水	①チーズパン 	②牛乳	③塩トマトスパゲティ ④枝豆サラダ	①コッパン ③スパゲティ オリーブあぶら サラダあぶら ④コールスロドレッシング	①チーズ たまご ②ぎゅうにゅう ③ベーコン ゼラチン ④かんでんこ	③にんにく セロリ たまねぎ トマト ピーマン マッシュルーム ④にんじん キャベツ きゅうり えだまめ カリフラワー コーン	③コンソメ こしょう	677 886	25.6 33.4	
15 木	①むぎごはん 	②牛乳	③沢煮椀 ④カンパチの梅ダレ ⑤セレクトゼリー	①こめ おおむぎ ③じゃがいもでんぷん ④くろざとう ごま	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく いとがまほこ ④カンパチ	③にんじん たけのこ こぼろ だいこん しいたけ はねぎ ④ねりうめ ⑤ぶどうゼリー パイゼリー	③うすくちしょうゆ かつおぶし さけ ④みりん こいくちしょうゆ	607 769	28.7 35.9	
16 金	①丸型カットパン 	②牛乳	③カラフル野菜のスープ ④ハムチーズカツ	①コッパン ③じゃがいも ④なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく しろいんげんまめ ④ハムチーズカツ	③キャベツ にんじん チンゲンサイ ズッキーニ たまねぎ ピーマン	③とりガラスープ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう	609 813	23.1 30.4	
19 月	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③太刀魚のつみれ汁 ④ゴーヤチャンプルー	①さつまいも おおむぎ ④さんおんとう サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③たちうおつみれ あぶらあげ むぎみそ こめみそ ④ぶたにく とうふ さつまいも たまご	③にんじん はねぎ こんにやく こだいすもやし しょうが ④にがり にんじん	③かつおぶし ④うすくちしょうゆ みりん さけ かつおぶし	637 806	27.7 34.8	
20 火	①コッパン 	②牛乳	③ミネストローネ ④チキンナゲット ⑤冷凍黄桃	①コッパン ③チップカルマカロニ じゃがいも さんおんとう ④なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③ベーコン だいず ④チキンナゲット	③にんじん たまねぎ キャベツ セロリ ズッキーニ トマト にんにく れいとうおうとう	③とりガラスープ コンソメ あかワイン うすくちしょうゆ こしょう	652 855	24.7 32.6	

◆◆◆◆ 【献立名の番号について】 献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。 ◆◆◆◆
◆◆◆◆ 【ものがたりレシピをいただきます】 は7日、【薩摩川内食育の日】は19日です。 ◆◆◆◆

今回、初めての試みで「セレクト給食」を取り入れてみました。「セレクト給食」は、複数の献立から事前に子どもたちが食べるものを選ぶというものです。子どもたちの食に対する関心を持ってほしいとの願いをこめています。7月は、暑さも厳しいので、『ゼリー』のセレクトにしました。希望調査は、6月に実施してあります。



令和3年9月の
献立表は、9月1日
に配布します。薩摩
川内市のホームページ
は、8月27日に掲載
する予定です。

薩摩川内市 → 学 び → 学 校

給 食 で検索してください。

