

3月 給食献立表

2015年

日	曜	屋 食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギーたんぱく質
2	月	ちゃんぽん 揚げぎょうざ 付け合わせ野菜 根菜の煮物	豚もも肉・ベーコン 干しえび・厚揚げ ぎょうざ スキムミルク	ちゃんぽん麺 サラダ油・三温糖 ごま油・かたくり粉 さといも	もやし・キャベツ・にんじん・きくらげ コーン・赤パプリカ・だいこん グリーンピース・れんこん たまねぎ・こまつな	438kcal 20.9g
3	火	手巻き寿司 えびフライ すまし汁 ひなあられ	スキムミルク・のり 油揚げ・厚揚げ えびフライ かまぼこ	米・三温糖・マヨドレ パン粉・サラダ油 ごま・小麦粉 ひなあられ	きゅうり・コーン・ブロッコリー もやし・にんじん・たまねぎ・たけのこ 干しいたけ・みつば 赤パプリカ	513kcal 21.0g
4	水	コーンパン きのこハンバーグ(手作り) ポテトマカロニサラダ ミルクスープ	あいびき肉・ウインナー スキムミルク ベーコン 牛乳(料理使用:スープ)	コーンパン・マカロニ かたくり粉・じゃがいも マヨドレ・スパゲティ パン粉・オリーブ油	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう まいたけ・きゅうり・コーン・にら 赤パプリカ しめじ	389kcal 12.8g
5	木	ピラフ風ごはん 鶏肉の香味焼き ブロッコリーのサラダ みずなとベーコンのスープ	鶏もも肉・厚揚げ ベーコン ウインナー	米・ごま・かたくり粉 三温糖	たまねぎ・にんじん・ピーマン・赤パプリカ 青しそ・しょうが・ブロッコリー・もやし みずな・コーン・エリンギ	441kcal 20.1g
6	金	和風スープパゲティ 豚肉のみそマヨ焼き 切り干し大根のサラダ	油揚げ・ウインナー 豚もも肉・スキムミルク 焼き竹輪・干しえび 合わせ味噌・厚揚げ	スパゲティ・マヨドレ 三温糖	たまねぎ・にんじん・しめじ ブロッコリー・みつば 切り干し大根 コーン・干しいたけ	352kcal 21.3g
9	月	野菜ラーメン コロケ フルーツ	スキムミルク 豚もも肉 ベーコン	中華麺 ごま油・ごま・じゃがいも コロケ・サラダ油	もやし・キャベツ・たまねぎ・にんじん みずな・にら・パイン缶 きくらげ・こまつな パイン缶・黄桃缶	440kcal 13.5g
10	火	ハヤシライス ブロッコリーのおかかあえ フルーツ ゼリー	牛もも肉・あいびき肉 かつお節 いわし缶詰	米・じゃがいも 三温糖・一口ゼリー サラダ油・ごま	たまねぎ・にんじん・まいたけ トマト缶・みずな・ブロッコリー グリーンピース・りんご しめじ・もやし	498kcal 18.9g
11	水	★ひつまみ汁風うどん かき揚げ ★いかにんじん	鶏もも肉・干しえび ツナ缶・いか 油揚げ・かつお節 厚揚げ	干しうどん・三温糖 サラダ油・小麦粉 天ぷら粉 ごま・ごま油	たまねぎ・ごぼう・だいこん・ねぎ 干しいたけ・もやし・にんじん みずな・コーン・エリンギ 赤パプリカ	462kcal 16.2g
12	木	ガーリックトースト 豚肉のオープン焼き ピーンズサラダ トマトスープ 牛乳	豚もも肉 ミックスピーンズ ウインナー 牛乳	食パン サラダ油・じゃがいも マーガリン・薄力粉	たまねぎ・にんじん・もやし・エリンギ 赤パプリカ・セロリ・トマト缶 にんにく・キャベツ しめじ	508kcal 23.8g
13	金	カレーライス キャベツのごまあえ フルーツ お別れ会デザート	牛もも肉・厚揚げ かつお節・油揚げ 塩昆布	米・牛脂・じゃがいも ごま油・ゼリー 三温糖・ごま	たまねぎ・にんじん・れんこん・みずな しめじ・りんご・トマト缶・キャベツ ブロッコリー・もやし・バナナ	548kcal 19.0g
16	月	タンタン麺 野菜たっぷりちぢみ フルーツ	干しえび・厚揚げ 豚もも肉・干しえび スキムミルク・味噌	中華めん ちぢみミックス粉 ごま油・ごま・かたくり粉	コーン・赤パプリカ・きくらげ・ねぎ チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん 干しいたけ・パイン缶 みかん缶・にら	396kcal 17.5g
17	火	ツナトースト 豚肉のトマト煮 スパゲティサラダ はくさいのミルクスープ	ツナ缶・スキムミルク ベーコン・豚もも肉 牛乳(料理使用:スープ)	食パン スパゲティ・オリーブ油 マヨドレ・サラダ油 マカロニ	たまねぎ・ピーマン・トマト・にんじん セロリ・しめじ・トマト缶・ブロッコリー もやし・はくさい・こまつな コーン	508kcal 22.2g

日	曜	屋 食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギーたんぱく質
18	水	具だくさん牛丼 こまつなのごまあえ フルーツ	牛もも肉・厚揚げ・かつお節 油揚げ・しらす ふりかけ	米・押麦・三温糖・ごま	たまねぎ・にんじん・赤パプリカ・白ねぎ 干しいたけ・えのきたけ・こまつな みずな・もやし・だいこん バナナ	408kcal 17.5g
19	木	スパゲティベロンチーノ チキンカツ(手作り) フルーツ トマトスープ	ウインナー・鶏もも肉	スパゲティ・小麦粉 サラダ油・マヨドレ・パン粉 じゃがいも オリーブ油	たまねぎ・にんじん・にんにく・赤パプリカ セロリ・えだまめ・コーン・りんご・ピーマン トマト缶・しめじ	490kcal 17.3g
20	金	炊き込みご飯 魚の香味焼き にんじんサラダ 味噌汁	さば・合わせ味噌・油揚げ 豚もも肉	米・押麦・三温糖	たまねぎ・にんじん・しょうが・みずな こまつな・もやし・赤パプリカ・はくさい ごぼう・れんこん・ねぎ しめじ	405kcal 21.3g
23	月	ポークカレー 納豆サラダ フルーツ	豚もも肉・厚揚げ・納豆 かつお節 焼き竹輪	米・牛脂・ごま	たまねぎ・にんじん・しめじ・れんこん みずな・カリフラワー・りんご こまつな もやし	489kcal 19.1g

★平均給与栄養量★

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩分
455 kcal	18.9 g	15.1 g	182 mg	2.4 mg	198 μg	0.32 mg	0.26 mg	35 mg	5.0 g	1.9 g

★しいのみ学園における目標摂取基準★

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩分
450 kcal	17~23g	13~15g	200mg	2.0mg	150 μg	0.23 mg	0.27 mg	15mg	4.5g	2.0g

※仕入れ状況によって食材を変更する場合がございますので予めご了承下さい

★給食平成26年度の振り返り★

〈給食実施について〉

2月末現在、給食提供率100%です。今年度も大きな事故等なく、予定通り給食を提供することができました。アレルギー除去食についても、問題なく提供することができました。献立表の確認等、いつもご協力頂きありがとうございます。今年度の給食も残りわずかとなってまいりましたが、安全で美味しい給食を提供できるよう努めて参ります。

〈園児さんの様子について〉

うめ組さんは食べる量や食べる食材の種類の幅が広がったようで、残菜もほとんど無くなりました。苦手なものが出て、頑張って自分で口に運んでいる姿を見ると、「すごいなあー！ うれしいなあー！」と、感じます。もも組さんはクラスに入ると「これなに〜？」と質問してくれたり、ゼーンぶ食べて空っぽになったお皿を「みてみてー！！」と、自慢げに見せてくれるようになりました。さくら組さんは先生がそばに居なくても、自分たちだけで給食を受け取りに来て、ご挨拶もしっかりできるようになりました。そんな逞しい姿を見ると安心して任せることができます。

〈異物混入について〉

細心の注意を払って、調理を行ってはおりますが、防ぐことができなかった異物混入事例がありましたのでご報告致します。今後は次ぎのような対策で防いで参ります。

〈調理過程で混入したもの〉

- 4/16 カレーライスにしめじの菌床に使われていた木くずが混入

〈納入食品に混入していたもの〉※料理には混入していない

- 5/13 切り干し大根に木くずが付着していた
- 7/3 切り干し大根にテープの破片が付着していた
- 8/27 切り干し大根に洗浄ブラシの一部が付着していた

対策

- ・株の切り落としを多くする
- ・小房に分けて洗浄した後、まな板に広げ目視確認

- ・水で戻した後、よく洗い、まな板に広げて目視確認
- ・使用頻度を減らす

★3/11のひつまみ汁うどん・いかにんじんについて

ひつまみ汁・・・出汁に鶏肉や野菜、小麦粉を練って固めたものをひつまんで(平たい団子状にしたものを)入れた汁物。

岩手県の北上盆地を中心として食べられる郷土料理。

いかにんじん・・・いかとにんじんを砂糖としょうゆなどで甘辛味付けした、福島県の郷土料理。

