

# 3月 給食献立表

2018年

日	曜	昼 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
1	木	にんじんパン 鶏肉のから揚げ ビーンズサラダ コンソメスープ 牛乳	鶏もも肉・ベーコン スキムミルク ウインナー・油揚げ・干しえび 牛乳・ミックスビーンズ	にんじんパン・かたくり粉 サラダ油・マヨドレ	にんにく・しょうが・ミニトマト・もやし きゅうり・にんじん・セロリ 赤パプリカ・たまねぎ・赤ピーマン ほうれんそう・しめじ	466kcal 19.0g
2	金	ちらし寿司 魚のオープン焼き フルーツ ひなあられ すまし汁	油揚げ・さば・厚揚げ	米・三温糖・サラダ油 かたくり粉・ひなあられ 焼きふ	にんじん・干しいたけ・コーン きざみのり・たまねぎ・青しそ 赤パプリカ・みずな・みかん 水煮たけのこ・刻み昆布	401kcal 15.3g
5	月	スパゲティペペロンチーノ風 鶏肉の香味焼き フルーツ 豆乳スープ	ベーコン・しらす・鶏もも肉 ウインナー・干しえび・厚揚げ 合わせ味噌・豆乳	オリーブ油・スパゲティ サラダ油・かたくり粉・ごま	にんにく・たまねぎ・にんじん 赤パプリカ・しめじ・青しそ・セロリ パイン缶・黄桃缶・コーン・にら チンゲンサイ	517kcal 21.2g
6	火	ご飯 豚肉のごま味噌炒め かぼちゃサラダ 味噌汁	豚もも肉・合わせ味噌 ウインナー・スキムミルク 焼き竹輪・赤味噌	米・三温糖・ごま・ごま油 マヨドレ・さといも	たまねぎ・にんじん・しめじ キャベツ・かぼちゃ・きゅうり 赤パプリカ・だいこん・ねぎ 刻み昆布・青しそ	430kcal 18.5g
7	水	ガーリックトースト ポークチャップ にんじんのツナあえ 野菜スープ 牛乳	豚もも肉・ツナ缶・鶏胸肉 油揚げ・干しえび・牛乳	有塩バター・かたくり粉 じゃがいも・ごま 食パン	にんにく・たまねぎ・にんじん もやし・きゅうり・セロリ・レタス エリンギ・コーン	404kcal 23.4g
8	木	コーンラーメン 春巻き 付け合わせ野菜 フルーツ	ベーコン・干しえび スキムミルク・春巻き	ごま油・ごま ちぢれめん	たまねぎ・にんじん・コーン チンゲンサイ・ねぎ・ブロッコリー きゅうり・もやし・みかん	405kcal 13.1g
9	金	ビーフカレー ごぼうサラダ フルーツ ーロゼリー	牛もも肉・厚揚げ スキムミルク・ウインナー	米・牛脂・じゃがいも・三温糖 マヨドレ・ごま・ーロゼリー	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー しめじ・グリーンピース・きゅうり ごぼう・コーン・りんご	484kcal 14.1g
12	月	うどん 豚肉の甘辛炒め フルーツ	鶏もも肉・かつお節・豚もも肉 厚揚げ	干しうどん・三温糖・ごま かたくり粉	たまねぎ・にんじん・だいこん しめじ・ねぎ・みずな・干しいたけ 青しそ・赤パプリカ・みかん	403kcal 22.2g
13	火	ご飯(のり付き) 肉じゃが にんじんサラダ 味噌汁	豚もも肉・厚揚げ・油揚げ しらす・干しえび・かつお節 合わせ味噌・スキムミルク	米・じゃがいも・サラダ油 三温糖・ごま	味付けのり・にんじん・たまねぎ グリーンピース・コーン・みずな もやし・刻み昆布・キャベツ・ねぎ 青しそ	433kcal 19.4g
14	水	ミルクパン えびフライ 付け合わせ野菜 マカロニサラダ トマトのスープ 牛乳	ベーコン・スキムミルク ウインナー・干しえび・牛乳	サラダ油・ごま・マカロニ・オリーブ油 マヨドレ・スパゲティ・じゃがいも ミルクパン えびフライ	にんじん・ブロッコリー・ピーマン 赤パプリカ・きゅうり・コーン たまねぎ・セロリ・トマト缶・はくさい しめじ・みずな	490kcal 16.4g
15	木	しょうゆラーメン 鶏肉の青しそ炒め フルーツ	豚もも肉・かつお節 スキムミルク・鶏もも肉 厚揚げ・合わせ味噌	ごま油・ごま・三温糖 ちぢれめん	たまねぎ・にんじん・もやし きくらげ・赤パプリカ・キャベツ 白ねぎ・ごぼう・青しそ バナナ	455kcal 24.2g

日	曜	昼 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
16	金	麦ご飯 魚の味噌焼き レンコンのサラダ すまし汁	さば・赤味噌・スキムミルク 焼き竹輪・厚揚げ・かまぼこ	米・押麦・三温糖・ごま マヨドレ	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう しょうが・れんこん・もやし・コーン 赤パプリカ・こまつな・刻み昆布 しめじ・はくさい・ねぎ	454kcal 20.3g
19	月	スパゲティミートソース コロケ 付け合わせ野菜 フルーツ	あいびき肉・スキムミルク 干しえび	スパゲティ・サラダ油・三温糖 かたくり粉・コロケ・マヨドレ ごま	たまねぎ・にんじん・にんにく セロリ・しめじ・トマト缶・もやし コーン・パイン缶・黄桃缶	496kcal 16.9g
20	火	カレーライス ブロッコリーサラダ フルーツ お別れ会デザート	豚もも肉・厚揚げ スキムミルク・ウインナー 油揚げ	米・じゃがいも・サラダ油 マヨドレ・ごま・ゼリー	まいたけ・たまねぎ・にんじん トマト缶・赤パプリカ グリーンピース・ブロッコリー・もやし コーン・いちご	480kcal 16.8g
22	木	チキンライス ハンバーグ ポテトサラダ キャベツのスープ	鶏もも肉・ハンバーグ ベーコン・スキムミルク ウインナー・厚揚げ	米・じゃがいも・マヨドレ マカロニ	にんじん・コーン・たまねぎ グリーンピース・トマト缶 しめじ・赤パプリカ・きゅうり 干しいたけ・キャベツ・みずな	480kcal 16.4g

食材は入荷の状況等により変更する場合があります

★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
450kcal	17~23g	10~15g	200mg	2.0mg	150 μg	0.23 mg	0.27 mg	15mg	4.5g	2.0g
★今月の平均給与栄養量★										
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
453 kcal	18.5 g	14.9 g	180 mg	2.2 mg	256 μg	0.33 mg	0.26 mg	35 mg	4.9 g	1.9 g

## 給食平成29年度の振り返り

### 給食実施について

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きましたが、安全で美味しい給食を提供できるよう努めて参ります。

### 異物混入について

細心の注意を払って調理を行っておりますが、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】

- 4/19 うどんのスープに干しえびの袋の破片(5cm)が混入



#### 【対応】

- ① 全クラス通知後、再度目視確認の上で喫食
2. 提供中止

#### 【対策】

- ・袋を開けるときは慎重に開ける。
- ・袋を開ける作業は、切り込み・調理を行う場所と別にする。



### 子どもたちの様子について

うめ組さんは食べる量や食べられるものが増え、残菜もほとんどなくなりました。苦手なものが出て、頑張って口に運んでいる姿をみるとすごいなと感じます。もも組さんはクラスに入ると「食べたよ!」「おかわりしたよ!」など元気よく声をかけてくれたり、全部食べて空っぽになったお皿を「みてみてー!」と見せてくれるようになりました。さくら組さんはいつも元気いっぱいのごあいさつで給食をとりまわっていました。給食に入っている食材を指さしながら「これなあに?」と声をかけてくれて、食に対してよく興味をもっているのだと感じました。どのクラスの子どもたちもこの1年でたくましく成長したと感じます。これからも給食を通して子どもたちの成長の様子をしっかりとみていきたいと思ひます。