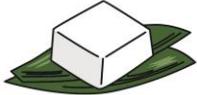




9月 予定献立表

城陽市立学校給食センター 幼稚園

9月7日(水)				9月14日(水)				9月21日(水)				9月28日(水)			
ごはん 中華スープ 家常豆腐 				ごはん うすくず汁 牛肉とごぼうの土佐煮 				ごはん(減量) キャベツのみそ汁 さばの塩焼き 小松菜のごま和え  <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px; display: inline-block;">城陽市のa青ねぎを使用!</div>				麦ごはん わかめスープ ビーフ焼き肉丼 			
食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量	
(黄) 精白米	65 g	(黄) 精白米	65 g	(黄) 精白米	59 g	(黄) 精白米	59 g	(黄) 精白米	59 g	(黄) 精白米	59 g	(黄) 精白米	59 g	(黄) 精白米	59 g
(赤) 鶏肉	17 g	(赤) (冷)豆腐	21 g	(黄) 切り麩	1.7 g	(黄) 切り麩	1.7 g	(黄) 切り麩	1.7 g	(黄) 切り麩	1.7 g	(黄) 切り麩	1.7 g	(黄) 切り麩	1.7 g
(緑) 玉ねぎ	17 g	(緑) 人参	9 g	(緑) キャベツ	21 g	(緑) キャベツ	21 g	(赤) 鶏肉	13 g	(赤) 鶏肉	13 g	(赤) 鶏肉	13 g	(赤) 鶏肉	13 g
(緑) 人参	9 g	(緑) えのきたけ	6 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g	(赤) 干しわかめ	0.7 g	(赤) 干しわかめ	0.7 g	(赤) 干しわかめ	0.7 g	(赤) 干しわかめ	0.7 g
(緑) 緑豆もやし	13 g	(緑) しめじ	6 g	(緑) 玉ねぎ	19 g	(緑) 玉ねぎ	19 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g
(緑) 干しいたけ	0.4 g	(赤) かまぼこ	9 g	(緑) しめじ	6 g	(緑) しめじ	6 g	(緑) 玉ねぎ	17 g	(緑) 玉ねぎ	17 g	(緑) 玉ねぎ	17 g	(緑) 玉ねぎ	17 g
(緑) チンゲンサイ	13 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 緑豆もやし	13 g	(緑) 緑豆もやし	13 g	(緑) 緑豆もやし	13 g	(緑) 緑豆もやし	13 g
塩	0.3 g	淡口しょうゆ	5.1 g	(赤) 中辛みそ	6.0 g	(赤) 中辛みそ	6.0 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 青ねぎ	4 g	(緑) 青ねぎ	4 g
こしょう	0.02 g	塩	0.1 g	(赤) こうじみそ	1.3 g	(赤) こうじみそ	1.3 g	削り節	0.9 g	削り節	0.9 g	削り節	0.9 g	削り節	0.9 g
淡口しょうゆ	3.2 g	みりん	0.4 g	削り節	2.1 g	削り節	2.1 g	冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	5 g	冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	5 g	冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	5 g	冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	5 g
(黄) ごま油	0.2 g	(黄) でんぷん	0.7 g	水	85 g	水	85 g	淡口しょうゆ	4.3 g	淡口しょうゆ	4.3 g	淡口しょうゆ	4.3 g	淡口しょうゆ	4.3 g
冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	6 g	削り節	2.0 g	(赤) さば(一汐)50g	1 切	(赤) さば(一汐)50g	1 切	水	94 g	水	94 g	水	94 g	水	94 g
水	85 g	だし昆布	0.5 g	(緑) こまつな	12 g	(緑) こまつな	12 g	(赤) 牛肉スライス	38 g	(赤) 牛肉スライス	38 g	(赤) 牛肉スライス	38 g	(赤) 牛肉スライス	38 g
(赤) 絹厚揚げ(冷凍)	22.5 g	水	94 g	(緑) キャベツ	25 g	(緑) キャベツ	25 g	(緑) 玉ねぎ	43 g	(緑) 玉ねぎ	43 g	(緑) 玉ねぎ	43 g	(緑) 玉ねぎ	43 g
(赤) 豚肉スライス	13.5 g	(赤) 牛肉スライス	17 g	(緑) 人参	5 g	(緑) 人参	5 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g	(緑) 人参	9 g
(緑) 玉ねぎ	13.5 g	(緑) ごぼう	13 g	(黄) 白すりごま	1.7 g	(黄) 白すりごま	1.7 g	(緑) にはら	4 g	(緑) にはら	4 g	(緑) にはら	4 g	(緑) にはら	4 g
(緑) 人参	7.5 g	(緑) 人参	9 g	(黄) 上白糖	0.3 g	(黄) 上白糖	0.3 g	(緑) おろしにんにく	0.2 g	(緑) おろしにんにく	0.2 g	(緑) おろしにんにく	0.2 g	(緑) おろしにんにく	0.2 g
(緑) おろしにんにく	0.2 g	(緑) ピーマン	3 g	濃口しょうゆ	1.7 g	濃口しょうゆ	1.7 g	濃口しょうゆ	4 g	濃口しょうゆ	4 g	濃口しょうゆ	4 g	濃口しょうゆ	4 g
(緑) たけのこ水煮	9.8 g	(黄) 糸こんにゃく	5 g					(黄) 三温糖	1.5 g	(黄) 三温糖	1.5 g	(黄) 三温糖	1.5 g	(黄) 三温糖	1.5 g
(赤) 赤みそ	1.7 g	(赤) 花かつお	0.6 g					酒	0.9 g	酒	0.9 g	酒	0.9 g	酒	0.9 g
(黄) 三温糖	0.8 g	(黄) 三温糖	1.2 g					こしょう	0.02 g	こしょう	0.02 g	こしょう	0.02 g	こしょう	0.02 g
オイスターソース	0.7 g	みりん	0.5 g					(黄) ごま油	0.2 g	(黄) ごま油	0.2 g	(黄) ごま油	0.2 g	(黄) ごま油	0.2 g
トウバンジャン	0.1 g	酒	0.5 g					(黄) でんぷん	0.7 g	(黄) でんぷん	0.7 g	(黄) でんぷん	0.7 g	(黄) でんぷん	0.7 g
濃口しょうゆ	1.4 g	濃口しょうゆ	2.6 g					水	9 g	水	9 g	水	9 g	水	9 g
(黄) でんぷん	0.7 g	(黄) 米油	0.4 g												
水	4 g	水	9 g												
								<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">和食を楽しむ献立</div> 							
栄養量	エネルギー (和加則-)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (和加則-)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (和加則-)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (和加則-)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)
	337	15	5.7		324	12.4	4		427	16.8	15.4		361	17	6.7