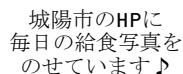


NO 1

城陽市立学校給食センター 富野幼稚園

11月1日(金)				11月6日(水)				11月8日(金)				11月13日(水)				11月15日(金)			
ごはん すき焼き煮 二色大学いも				ごはん 玉ねぎのみそ汁 鶏肉とさつまいもの旨煮				ごはん チキンカレー フルーツナタデココ				ごはん 鶏団子と野菜の煮物 ほうれん草のごまあえ				ごはん おでん キャベツのおひたし りんご			
城陽市の寺田いも・ むらさきいもを使用！				城陽市の寺田いもを使用！															
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		食品名		1人分量	
(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g
(赤)	牛肉スライス	23	g	(赤)	豆腐	9	g	(赤)	鶏肉	24	g	(赤)	鶏つくね	30	g	(赤)	鶏肉	20	g
(赤)	焼き豆腐	34	g	(緑)	キャベツ	13	g		塩	0.04	g	(緑)	人参	23	g	(赤)	揚げボール	13	g
(緑)	白菜	26	g	(緑)	玉ねぎ	34	g		こしょう	0.01	g	(緑)	玉ねぎ	36	g	(緑)	大根	47	g
(緑)	玉ねぎ	26	g	(緑)	青ねぎ	2.6	g		カレー粉	0.13	g	(黄)	じゃが芋	45	g	(緑)	人参	17	g
(黄)	切り麩	1.7	g	(赤)	干しわかめ	0.43	g		ローレル	0.03	g	(緑)	(冷)むき枝豆	5	g	(黄)	サイコロこんにゃく	17	g
(黄)	糸こんにゃく	26	g	(赤)	中辛みそ	6	g	(緑)	セロリ	4.3	g	(黄)	三温糖	0.9	g	(赤)	キャロットミニがんと	10	g
(緑)	青ねぎ	4	g	(赤)	こうじみそ	1	g	(緑)	しょうが	0.4	g		みりん	0.5	g		濃口しょうゆ	2.4	g
	淡口しょうゆ	0.6	g		削り節	2.1	g	(緑)	おろしにんにく	0.3	g		濃口しょうゆ	2.9	g		淡口しょうゆ	2.4	g
	濃口しょうゆ	5.1	g		水	89	g	(緑)	人参	17	g		淡口しょうゆ	1.8	g	(黄)	三温糖	1.7	g
(黄)	三温糖	2.5	g	(赤)	鶏肉	20	g	(黄)	じゃが芋	34	g		削り節	1.8	g		削り節	1.5	g
	みりん	1.7	g	(緑)	しょうが	0.4	g	(緑)	玉ねぎ	34	g		水	36	g		水	34	g
	水	17	g		濃口しょうゆ	0.4	g		アレルゲンフリーカレーフレーク	13.2	g	(緑)	ほうれん草	9	g	(緑)	キャベツ	34	g
(黄)	さつまいも	38	g	(黄)	でんぷん	3.4	g		トマトケチャップ	0.9	g	(緑)	緑豆もやし	26	g	(緑)	人参	8.5	g
(黄)	むらさきいも	13	g	(黄)	米油(揚げ油)	1.7	g		ガラムマサラ	0.02	g	(緑)	人参	7	g		淡口しょうゆ	1.2	g
(黄)	米油(揚げ油)	5.1	g	(黄)	さつまいも	21.3	g		ウスターソース	0.9	g	(黄)	白いいりごま	0.7	g		濃口しょうゆ	0.9	g
(黄)	三温糖	3.1	g	(緑)	人参	8.5	g		水	72	g	(黄)	白すりごま	0.7	g	(黄)	三温糖	0.7	g
	濃口しょうゆ	0.3	g	(緑)	玉ねぎ	21.3	g	(黄)	ナタデココ	9	g	(黄)	三温糖	0.3	g	(緑)	りんご1/6	1	こ
(黄)	でんぷん	0.2	g	(緑)	(冷)三度豆	4.3	g	(緑)	みかんレトルト	17	g		濃口しょうゆ	2.1	g				
(黄)	水	10.2	g	(黄)	三温糖	0.4	g	(緑)	パイン缶	12	g		みりん	0.3	g				
(黄)	黒ごま	0.3	g		淡口しょうゆ	2.8	g	(緑)	りんご缶	20	g								
					トマトケチャップ	1.5	g												
					水	15.3	g												
																			
栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)
	458	13.3	11		379	10.5	7.2		405	11	6.1		342	10.9	3.5		351	12.6	4.3

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。

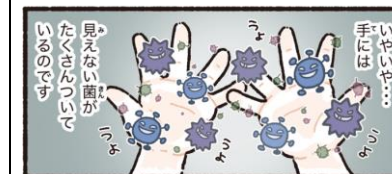


NO 2

城陽市立学校給食センター 富野幼稚園



ほんとう
本当にきれい？



カゼが流行する季節です。
手洗い、うがいを忘れずに。

11月20日(水)				11月22日(金)				11月27日(水)				11月29日(金)			
ごはん 厚揚げの中華煮(いか) 春雨サラダ				ごはん 豚肉と大根の煮物 城陽産さつまいもコロッケ 城陽市の大根・ 寺田いもを使用！				ごはん じゃがいものみそ汁 さけの塩焼き 梅干し 手巻きのり				ごはん わかめスープ 鶏肉のバーベキューソース いちじく風味 城陽市のいちじくを使用！			
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	65	g	(黄)	精白米	65	g
(赤)	豚肉スライス	12	g	(赤)	豚肉スライス	20.4	g	(赤)	油揚げ	9	g	(赤)	豚肉スライス	9	g
(赤)	(冷) 絹厚揚げ	43	g	(赤)	さつま揚げ	11.9	g	(黄)	じゃが芋	26	g	(赤)	干しわかめ	0.7	g
(緑)	玉ねぎ	51	g	(赤)	(冷) 絹厚揚げ	20.4	g	(緑)	玉ねぎ	21	g	(緑)	人参	10	g
(緑)	人参	13	g	(緑)	大根	59.5	g	(緑)	青ねぎ	3	g	(緑)	玉ねぎ	19	g
(赤)	切りいか	9	g	(緑)	人参	21.25	g	(赤)	中辛みそ	6	g	(緑)	緑豆もやし	14	g
(緑)	チンゲンサイ	9	g	(緑)	(冷) 三度豆	4.25	g	(赤)	こうじみそ	1.1	g	(緑)	青ねぎ	3	g
(緑)	(冷) ホールコーン	6	g		濃口しょうゆ	3.4	g		削り節	2.1	g		削り節	0.9	g
(緑)	おろしにんにく	0.4	g		淡口しょうゆ	1.45	g		水	89	g		冷凍ブイヨン(ｷﾝ)	4.3	g
(緑)	しょうが	0.5	g		みりん	0.85	g	(赤)	鮭(一汐・40g)	1	切		淡口しょうゆ	4.3	g
(黄)	三温糖	0.3	g	(黄)	三温糖	1.28	g	(緑)	梅干(小梅)	1	こ		水	94	g
	オイスターソース	1	g		水	34	g	(赤)	手巻きのり(4枚)	1	袋	(赤)	鶏肉	43	g
	塩	0.1	g	(黄)	城陽産さつまいも コロッケ(50g)	1	こ					(黄)	でんぷん	6.4	g
	こしょう	0.02	g	(黄)	米油(揚げ油)	6	g					(黄)	米油(揚げ油)	4.3	g
	濃口しょうゆ	3.7	g										トマトケチャップ	2.1	g
(黄)	でんぷん	1.2	g										濃口しょうゆ	1.7	g
	水	25	g										みりん	0.9	g
(赤)	ボンレスハムスライス	6	g										酒	0.9	g
(黄)	緑豆はるさめ	4	g										酢	0.9	g
(緑)	キャベツ	13	g									(緑)	冷凍いちじく	4.3	g
(緑)	人参	4	g									(黄)	三温糖	0.9	g
(緑)	きゅうり	9	g												
(黄)	三温糖	1.5	g												
	酢	2.3	g												
	淡口しょうゆ	0.8	g												
	濃口しょうゆ	1.5	g												
	こしょう	0.02	g												
				城陽産寺田いもを コロッケに加工して いただきました♪ 				きれいに手を洗って 自分でおいぎりを 作ってみよう！ 							
栄養量	エネルギー (ｷｼ)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (ｷｼ)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (ｷｼ)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)	栄養量	エネルギー (ｷｼ)	たんぱく質 (ｸﾞﾗﾑ)	脂 肪 (ｸﾞﾗﾑ)
	386	15.3	7.5		469	14.8	12.5		352	18.3	5.8		436	14.7	14

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。