

10月(前半)学校給食献立予定表

B (藤小・賀小・西小・七小) **コース** (長小・神小・上東小学校)


日	曜日	献立名	食品の働き			摂取量	
			血や肉、骨などをつくるもの(あか)	エネルギーになるもの(きいろ)	体の調子をととのえるもの(みどり)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	月	中華麺 牛乳 塩ラーメン New 鶏肉とカシューナッツ炒め りんご1/8	牛乳 豚肉 鶏肉	中華麺 油 ごま 片栗粉 三温糖 カシューナッツ	しょうが にんにく 人参 ねぎ もやし メンマ コーン たら ピーマン りんご	721	26.0
2	火	酢飯 牛乳 水菜のみそ汁 かてめし じゃが丸いわし②	牛乳 油揚げ みそ 鶏肉 ちくわ 大豆 じゃが丸いわし	酢飯 油 三温糖	人参 大根 ごぼう えのきたけ いんげん 水菜(上里) 干しいたけ	687	23.4
3	水	ソフトフランスパン 牛乳 彩り団子スープ かぼちゃ挽肉フライ 花野菜サラダ 	牛乳 彩り団子 かぼちゃ挽肉フライ	ソフトフランスパン 野菜いっぱいドレッシング チルドチョコ 油	人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜(上里) ブロッコリー カリフラワー	581	23.4
4	木	わかめごはん 牛乳 五目スープ 下り鯖の照り焼き 生揚げの煮物	牛乳 ベーコン 鯖の照り焼き 生揚げ さつま揚げ	わかめごはん 三温糖	人参 コーン ねぎ ほうれん草 えのきたけ	718	24.9
5	金	ごはん 牛乳 お芋のごまみそ汁 豚肉のマスタード焼き コーンサラダ 	牛乳 油揚げ みそ 豚肉	ごはん 里芋 ごま さつまいも ごま油 シーザードレッシング	人参 ほうれん草 キャベツ コーン	641	27.6
9	火	ごはん 牛乳 豆腐のみそ汁 アジの一夜干し 筑前煮 ブルーベリーゼリー	牛乳 豆腐 みそ アジの一夜干し 鶏肉	ごはん 油 さといも 三温糖 ブルーベリーゼリー	人参 えのきたけ ほうれん草 ごぼう こんにゃく たけのこ 干しいたけ いんげん	626	28.1
10	水	豆乳セサミパンズ 牛乳 トマトのクリームシチュー ハンバーグデミソース みかん 給食新メニュー採用作品	牛乳 鶏肉 ハンパ とろけるチーズ	豆乳セサミパンズ 油 じゃがいも オリーブ油 三温糖	玉ねぎ 人参 トマト セロリー みかん	637	27.3
11	木	ごはん 牛乳 貝だくさん野菜スープ いかフリッター② ソイ丼	牛乳 なたと 豚肉 ベーコン 大豆 いかフリッター	ごはん 油 三温糖	人参 もやし ねぎ えのきたけ キャベツ チンゲンサイ	695	27.5
12	金	発芽玄米入りごはん 牛乳 野菜焼 鮭の塩焼き 菜五味(なごみ)サラダ 	牛乳 油揚げ みそ 鮭	発芽玄米入りごはん ごまドレッシング	人参 大根 ごぼう ねぎ こんにゃく 昆布 切干大根 ひじき 木耳 キャベツ もやし	658	23.4
15	月	ソフトスパゲティ麺 牛乳 魚介のトマト スープバグティ 星のオムレツ 粉ふきいも	牛乳 ベーコン えび いか あさり ほたて 星形プレーンオムレツ あおのり	ソフトスパゲティ麺 オリーブ油 三温糖 じゃがいも	にんにく 玉ねぎ 人参 トマト	635	27.8
16	火	ごはん 牛乳 中華スープ 白身魚のチリソース きゅうりサラダ 	牛乳 ベーコン 豆腐 タラ	ごはん 片栗粉 三温糖 油 貝だくさん玉ねぎ ドレッシング	人参 ねぎ 干しいたけ たけのこ しょうが 生姜 にんにく アスパラ こんにゃく きゅうり	637	25.2

10月給食だより


給食新メニュー採用作品第2弾!

10月は3品の採用作品が登場します


① 上里中学校
「トマトのクリームシチュー」
トマトが苦手な人にもおすすめ。クリームシチューにトマトがよくあいます!



③ 仁手小学校
「きゅうり昆布」
本庄きゅうりとミネラル豊富な昆布でヘルシーな一品です。



② 神保原小学校
本庄南中学校
「なすのみそ炒め」
ごはんがすすむ家庭料理の定番です。地場産の本庄なすで作ります。



採用作品のレシピ等は、順次ホームページで公開していきます。お楽しみに。ホームページには、献立予定表や給食写真、ツイッターなど給食に関する情報が満載です。ぜひご覧ください。

<http://www.kyuushoku.jp>

※太字は地場産野菜

10月の新メニューより

- ★鶏肉とカシューナッツ炒め
鶏肉と栄養豊富なカシューナッツの組み合わせ。じゃがいもがはいってボリューム満点です。
- ★チキンフレーク焼き
鶏むね肉に、マヨネーズで味をつけ、コーンフレークの衣をつけて焼きました。油で揚げていないのでカロリーひかえめ。
- ★カレー風味かつ
給食センターで、ひとつひとつ衣をつけました。サクサクの衣とカレー風味の甘辛だれがおいしさを引き立てます!



New マーク：新メニュー

栄養相談日

- 日時 10月29日(月) 午後1:30~4:00まで
- 場所 本庄上里学校給食センター
食物アレルギー等でご相談のある方は、お気軽にお越しください

➡ 10月(後半)献立は裏面へ

10月(後半) 学校給食献立予定表

B (藤小・賀小・西小・七小
長小・神小・上東小学校)
コース

日	曜日	献立名		食品の働き			摂取量				
				血や肉、骨などをつくるもの(あか)	エネルギーになるもの(きいろ)	体の調子をととのえるもの(みどり)	エネルギーkcal	たんぱく質g			
17	水	ツイストパン	牛乳	キャベツとあさりのクリームスープ キキンフレーク焼き New Iリゾとほうれん草のソ-	牛乳 あさり 生クリーム 鶏肉 ベーコン	ツイストパン 油 ノイック マヨネーズ パン粉 コーンフレーク	玉ねぎ 人参 キャベツ エリンギ ほうれん草 コーン	602	28.7		
18	木	麦ごはん	牛乳	森のきのこカレー 福神漬 フロッコリーサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 ヨーグルト	麦ごはん 油 じゃがいも 野菜いっぱいドレッシング	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ まいたけ エリンギ ソニオン マヨネーズ コーン チャツネ フロッコリー 福神漬	739	23.8		
19	金	ごはん	牛乳	わかめスープ カニシューマイ② ピビンバご飯の具	牛乳 わかめ カニシューマイ 豚肉	ごはん ごま油 三温糖 ごま	人参 玉ねぎ ねぎ もやし 小松菜(上里) しょうが にんにく ぜんまい はくさい キムチ ほうれん草	605	22.0		
22	月	中華麺	ジョアストロベリー	しょうゆラーメン 鶏肉の唐揚げ ごぼうサラダ	ジョアストロベリー 豚肉 なた 鶏肉	中華麺 油 片栗粉 ごまドレッシング	しょうが にんにく 人参 もやし ねぎ メンマ なら ごぼう きゅうり(本庄)	643	25.9		
		上里中★希望献立									
23	火	ごはん	牛乳	かきたま汁 秋鯖の塩麹焼き なすのみそ炒め	牛乳 卵 みそ さば塩麹漬 豚肉	ごはん 片栗粉 油 三温糖	人参 玉ねぎ 糸みつば えのきたけ 寒天 なす(本庄) しょうが ピーマン	617	29.4		
				給食新メニュー採用作品							
24	水	黒パン	牛乳	メキシカンシチュー 野菜コロッケ(ソース) フルーツカクテル	牛乳 鶏肉 大豆 とろけるチーズ	黒パン 油 じゃがいも 野菜コロッケ カクテルゼリー	人参 玉ねぎ コーン もも パイン みかん キウイフルーツ	686	21.1		
25	木	発芽玄米入りごはん	牛乳	けんちん汁 いかの香味焼き ひじきの炒め煮	牛乳 生揚げ いか みそ ベーコン ひじき あさり さつま揚げ	発芽玄米入りごはん 油 さといも 三温糖	人参 ごぼう 大根 干しいたけ ねぎ こんにゃくしょうが にんにく しらたき	627	28.3		
26	金	ごはん	牛乳	わかめのみそ汁 厚焼き玉子 スタミナ焼肉	牛乳 油揚げ わかめ みそ 厚焼き玉子 豚肉	ごはん 油 三温糖	えのきたけ ねぎ 人参 寒天 しょうが にんにく 玉ねぎ ピーマン	644	28.4		
29	月	地粉うどん	牛乳	なめこおろしうどん ちくわの磯辺揚げ きゅうり昆布 りんごゼリー	牛乳 鶏肉 ちくわ あおりの ひじき	地粉うどん 薄力粉 片栗粉 油 りんごゼリー	人参 なめこ 大根 ねぎ 小松菜(上里) キャベツ きゅうり(本庄)	631	24.4		
				給食新メニュー採用作品							
30	火	ごはん	牛乳	こまつなのみそ汁 カレー風味かつ New ゆでフロッコリー (ノイック マヨネーズ)	牛乳 みそ 鶏肉	ごはん さといも 薄力粉 パン粉 油 三温糖 ノイック マヨネーズ	人参 えのきたけ 小松菜(上里) フロッコリー	762	30.3		
31	水	バターロール	牛乳	野菜コンソメスープ 焼きウインナー② スラッピーショー	牛乳 ベーコン ウインナー 豚肉	バターロール じゃがいも 油 三温糖	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草	649	26.8		
材料入荷による多少の変更はご了承ください							給食回数	22回	平均摂取量	656	26.1
									摂取基準値	660	20.0

平成23年度 給食センター決算状況等について

平成23年度の本庄上里学校給食組合の決算状況は、

歳入合計	852,934,327円
歳出合計	825,731,509円

となり、差額27,202,818円は24年度に繰越しになります。



下の表は、各支出総額を1年間の延べ給食提供食数で除して、1食当りの経費を算出したものです。なお、給食費はその全額を食材料費に充てております。

区分	運営費	食材料費	合計
支出総額	449,964,294円	375,767,215円	825,731,509円
1食当り経費	298円	249円	547円

食材料費の内訳は次のとおりです。

区分	金額	割合
主食(ご飯・パン等)	85,905,528円	25.5%
牛乳	73,913,742円	19.7%
副食(おかず)	215,947,945円	54.8%
合計	375,767,215円	100.0%

給食の対象となっている人員は次のとおりです。

区分	学校数	児童生徒数	教職員数	合計
小学校	13	5,181人	332人	5,513人
中学校	5	2,605人	173人	2,778人
合計	18	7,786人	505人	8,291人

(平成23年5月1日現在)

1年間で延べ1,508,818食の給食を提供しました。