

8月のこんだてよていひょう



平成26年 沢石共同調理場



日	こんだてめい	おもにちやにく ほねになるもの(あか)	おもにからだのちようしき ととのえるもの(みどり)	おもにねつやちからに なるもの(きいろ)	えいようか				備考欄	検査結果 (単位:kg /Bq)セン ウム134・
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	しじつ (g)	えんぶん (g)		
25 (月)	むぎごはん ぎゅうにゅう なつやさいのカレー チーズサラダ すいか	ぎゅうにゅう・ぶたにく チーズ・ハム	たまねぎ・にんじん・にんにく しょうが・トマト・かぼちゃ・ピーマン・すいか あかピーマン・スナック・なす・キャベツ・きゅうり	むぎごはん・あぶら さとう・じゃがいも	681	22.2	20.3	2.6	はじまりの かい	ND
26 (火)	しよくパン ぎゅうにゅう いちごジャム とりにくのハーブやき ひじきサラダ とうがんのだんごスープ	ぎゅうにゅう・とりにく とりひきにく・ひじき たまご	にんにく・にんじん・ほうれんそう コーン・とうがん・たけのこ ほししいたけ・ねぎ	しよくパン・さとう・あぶら かたくりこ・はるさめ	581	31.0	13.7	2.8		
27 (水)	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふハンバーグ ゴーヤのいためもの おきなわふうみそしる	ぎゅうにゅう・たまご とうふハンバーグ・ぶたにく とうふ・みそ	たけのこ・エリンギ・ゴーヤ しょうが・たまねぎ・にんじん もやし・ほししいたけ・にら	むぎごはん・あぶら さとう	619	28.0	15.2	2.1		
28 (木)	ドッグパン ぎゅうにゅう いんげんのサラダ ツナのトマトスパゲティ きのことたまごのスープ デザート	ぎゅうにゅう・ツナ だいず・たまご ベーコン	たまねぎ・マッシュルーム・キャベツ・きくらげ トマト・ビュレ・にんにく・コーン・えのきたけ にんじん・パセリ・いんげん・ほうれんそう	ドッグパン・オリーブゆ ス・パゲティ・マヨネーズ かたくりこ パンナムース	598	22.7	19.8	2.9		ND
29 (金)	あおなごはん ぎゅうにゅう かぼちゃのあまからいため ゆかりあえ みそしる	ぎゅうにゅう・ぶたにく とうふ・みそ	かぼちゃ・いんげん・キャベツ きゅうり・もやし・ねぎ	むぎごはん・あぶら かたくりこ・さとう	613	20.3	19.2	3.4		
学校給食摂取基準					660	13~28	18~22	3未満		

* 材料のつごうにより、こんだてが変更になる場合がありますので、ごりょうしょう下さい。