9月 給食だより

2021年

❤こんだては、材料その他の都合により変更する場合があります。
❤おはしは、毎日きれいに洗って持っていきましょう。
❤ のついているものは手袋をして、はいぜんしましょう。
❤ 13日（月 ）～17日（金）は、「ふるさとの食再発見週間」です。
期間中の郷土料理、香川県産の食材には、下線を引いています。

★豊浜幼稚園
★豊浜小学校
★豊浜中学校

日 曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーのもとになる食品（黄）		おもに体をつくる食品（赤）		おもに体の調子を整える食品（緑）		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal
			穀類・いも類・砂糖	油脂	魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	幼小中
2 木	オリーブ地鶏と夏野菜のカレー	ビーンズサラダ 小煮干しのレモン酢 ももゼリー	こめ むぎ さとう ゼリー	あぶら	オリーブじどり ミックスビーンズ	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ かえりちりめん	にんじん かぼちゃ ピーマン トマト	にんにく たまねぎ なす しめじ きゅうり キャベツ レモン もも	447 648 797
3 金	なす入り ミートスパゲティ	キャベツのレモン酢あえ フライドポテト 冷凍みかん	スパゲッティ さとう じゃがいも	あぶら	ぎゅうにく ハム	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん	にんにく たまねぎ エリンギ なす キャベツ きゅうり レモン みかん	402 582 716
6 月	麦ごはん	鶏肉のごまみそ焼き 肉じゃが もやしの甘酢あえ なし	こめ むぎ さとう じゃがいも こんにゃく	ごま あぶら	とりにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう ちりめん じゃこ	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ ほししいたけ もやし きゅうり なし	473 686 844
7 火	レーズンパン	豚肉の香り揚げ キャベツともやしの レモン酢あえ 春雨スープ	パン でんぷん さとう はるさめ	あぶら	ぶたにく とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく キャベツ もやし レモン たまねぎ ほししいたけ	457 662 814
8 水	非常食の体験 備蓄ビスケット	野菜のカレースープ煮 海藻サラダ フルーツミックス	じゃがいも さとう こむぎこ ゼリー	ごま あぶら	ウインナー いんげんまめ	ぎゅうにゅう わかめ こんぶ かんてん ちりめんじゃこ	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり みかん なし もも	357 517 634
9 木	三色まぜごはん	ピーマンのおひたし さといも入り白みそ汁	こめ さとう さといも	あぶら ごま	とりにく こうやどうふ たまご かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにゅう ちりめん じゃこ	ねぎ ピーマン にんじん	しょうが えだまめ ごぼう キャベツ たまねぎ しめじ	453 656 807
10 金	バターロールパン	冷やしうどん すずきのバジルフライ ファイバーサラダ 冷凍パイン	パン うどん さとう	あぶら ごま	すずき ハム	ぎゅうにゅう くきわかめ ひじき	ねぎ にんじん	ほししいたけ しょうが キャベツ ごぼう きゅうり コーン パイナップル	417 605 744
13 月	麦ごはん ふるさと食 再発見週間	はまちの照り焼き 筑前煮 もやしの甘酢あえ 味付けのり	こめ むぎ さとう さといも こんにゃく	あぶら ごま	はまち とりにく	ぎゅうにゅう のり	にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう ほししいたけ キャベツ きゅうり もやし	436 632 777
14 火	コッペパン	ポークビーンズ ごぼうとれんこんのサラダ 手作りりんごジャム	パン じゃがいも さとう じょうしんこ	あぶら ごま	だいず ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ エリンギ ごぼう れんこん コーン りんご レモン	425 616 758
15 水	麦ごはん	マーボーなす 釜揚げいりこの磯辺揚げ 野菜とひじきのナムル	こめ むぎ さとう でんぷん こむぎこ	あぶら ごま	ぶたにく	ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ひじき	にんじん こまつな	なす しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ もやし コーン	443 642 790

★給食ではR2年度より、香川県で生まれた砂糖「希少糖（レアシュガー）」を料理に取り入れています。

日 曜	献立名 ★牛乳は毎日つきます		おもにエネルギーのもとになる食品（黄）		おもに体をつくる食品（赤）		おもに体の調子を整える食品（緑）		ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal
			穀類・いも類・砂糖	油脂	魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	幼小中
16 木	萩ごはん	オリーブ地鶏とピーマンの 揚げ煮 野菜のおかかあえ ふしめん汁 お月見ゼリー	こめ もちごめ でんぷん さとう ふしめん ゼリー	あぶら	あずき オリーブじどり かつおぶし あぶらあげ	ぎゅうにゅう ちりめん じゃこ わかめ	ピーマン あかピーマン こまつな にんじん ねぎ	えだまめ キャベツ たまねぎ えのきたけ	449 650 800
17 金	あんサンド	ビーフシチュー ひじきのマリネ ミニトマト（小・中）	パン さとう じゃがいも こむぎこ	バター あぶら	あずき ぎゅうにく ハム	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん トマト	たまねぎ エリンギ グリンピース きゅうり キャベツ	471 682 839
21 火	米粉パン	鶏肉のハーブ焼き じゃがいものカレー煮 ツナとわかめのサラダ なし	こめこ パン じゃがいも さとう	あぶら	とりにく ソーセージ まぐろ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン なし	463 671 825
22 水	さつまいもごはん	さばのみそだれかけ 野菜のポン酢あえ けんちん汁 おはぎ	こめ むぎ さつまいも さとう こんにゃく おはぎ	あぶら	さば かつおぶし とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	しょうが キャベツ コーン すだち だいこん しめじ ごぼう	506 733 902
24 金	ナン	キーマカレー かぼちゃフライ 元気サラダ ヨーグルト	パン さとう	あぶら	ぎゅうにく だいず ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ ヨーグルト	にんじん ピーマン かぼちゃ トマト	にんにく たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン	428 620 763
27 月	麦ごはん	さんまの塩焼きすだち添え 野菜のちりめんあえ 高野豆腐の卵とじ	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	さんま かつおぶし こうやどうふ とりにく たまご	ぎゅうにゅう ちりめん じゃこ	こまつな にんじん さやいんげん	すだち キャベツ もやし たまねぎ ほししいたけ	491 711 875
28 火	スイートロールパン	ジャージャー麺 ゴーヤと大豆の揚げ煮 なし	パン ちゅうかめん さとう でんぷん	あぶら ごま	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう かえりちりめん	にんじん ねぎ	もやし しょうが ほししいたけ ゴーヤ なし	415 601 739
29 水	麦ごはん	豆腐の中華煮 大学いも 野菜のナムル	こめ むぎ さとう でんぷん さつまいも みずあめ	あぶら ごま	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ たけのこ ほししいたけ にんにく しょうが もやし	498 722 888
30 木	カレーピラフ	スタミナサラダ 英字マカロニスープ ミニトマト（小・中）	こめ むぎ さとう マカロニ	あぶら ごま	とりにく ウインナー ぶたにく ベーコン いんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん オクラ パセリ トマト	たまねぎ グリンピース きゅうり エリンギ	421 610 750

9月8日（水）の給食について

9月1日は防災の日です。それに関連させて、観音寺市で非常用に備蓄しているビスケットを期限内消費の年度のため、給食に取り入れています。乳アレルギーの除去食対応者には、パンの日と同様、アレルギー代替コッペパンがつきます。

ビスケットにふくまれるアレルゲン

小麦・乳・ごま・大豆