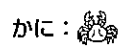
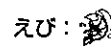
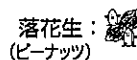
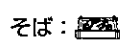
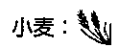


学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和3年度8・9月分(8/30~9/30) 姫路市教育委員会

	8月30日(月)	8月31日(火)	9月1日(水)	9月2日(木)	9月3日(金)	9月6日(月)
献立	ご飯 牛乳 中華スープ 野菜のかき揚げ チャブチエ	ご飯 牛乳 沢煮焼 とうがんとみそ炒め ほうれんそうのしらす和え ぶどうゼリー	パン 牛乳 鶏肉のフォー 白身魚のフリッター コーンキャベツ	ご飯 牛乳 豚汁 かぼちゃコロッケ ナムル	パン 牛乳 トマジャが さわらのエスカベージュ キャベツとハムのソテー	ご飯 牛乳 とうがんとみそ炒め 鶏肉の照り焼き ごぼうの炒め物
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> チンゲンサイ <input type="triangle-up"/> しょうが チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ひね鶏 清酒 塩 油揚げ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> だいごん <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> フォー <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> もやし <input type="triangle-up"/> にら <input type="triangle-up"/> レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンブラー <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 こしょう チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> だいごん <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> ごんにやく <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> みそ 煮干し(だし) <input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> トマト <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 砂糖 うすくちしょうゆ 清酒 チキンスープ パプリカ オリーブ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 油揚げ とうがんとみそ炒め にんじん 葉ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 削り節(だし) <input type="radio"/> 鶏肉 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん
材料	<input type="triangle-up"/> スッキーニ チキンハム たまねぎ くきわかめ 塩 天ぷら粉 油 <input type="radio"/> 牛肉 しょうが にんにく うすくちしょうゆ はるさめ にんじん にら たけのこ しいたけ サラダ油 ごま こいくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう ごま油	<input type="triangle-up"/> とוגあん 豚肉 厚揚げ にんじん しょうが サラダ油 みそ うすくちしょうゆ 砂糖 清酒 ごま油 でんぶん <input type="triangle-up"/> ほうれんそう 塩 <input type="triangle-up"/> もやし <input type="radio"/> ちりめんじゃこ うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> 目録ゼリー	<input type="radio"/> 白身魚フリッター <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> ベーコン チキンスープ こしょう	<input type="triangle-up"/> もやし 塩 <input type="triangle-up"/> ほうれんそう <input type="triangle-up"/> にんじん うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="radio"/> さわら 塩 こしょう でんぶん 油 <input type="triangle-up"/> スッキーニ パプリカ たまねぎ オリーブ油 米酢 砂糖 <input type="radio"/> ポークハム <input type="triangle-up"/> キャベツ 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん 米酢 砂糖 ごま油 サラダ油 こしょう	<input type="triangle-up"/> ごぼう 酢 焼き豚 サラダ油 にんじん はるさめ 根深ねぎ しょうが みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 ごま <input type="checkbox"/> ごま油 塩 こしょう
	9月7日(火)	9月8日(水)	9月9日(木)	9月10日(金)	9月13日(月)	9月14日(火)
献立	ご飯 牛乳 わかめスープ にらじゃが ごまつなのソテー	パン 牛乳 ポークビーンズ あじのスパイス焼き コーンサラダ	ご飯 牛乳 肉だんごのスープ さわらのムニエル ジャーマンポテト	野菜マーボー丼 牛乳 揚げシューマイ 炒めナムル 冷凍みかん	ご飯 牛乳 だいごんとしょうがのスープ キムチ炒め ポテトサラダ	あがたま丼 牛乳 いわしの辛味ソース ごぼうサラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 厚揚げ わかめ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 ワイン風調味料 じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="radio"/> 大豆 <input type="triangle-up"/> トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 ポークスープ サラダ油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏つくね はるさめ <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> チンゲンサイ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> もやし チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> 根深ねぎ <input type="triangle-up"/> しいたけ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="triangle-up"/> パプリカ <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> チキンスープ <input type="radio"/> みそ オイスターソース トウバンジャン <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ みりん 塩 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> だいごん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> かまぼこ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> でんぶん 削り節(だし) <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 鶏卵 油揚げ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> かまぼこ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> でんぶん 削り節(だし) <input type="radio"/> いわし でんぶん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 根深ねぎ <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ 清酒 塩 トウバンジャン
材料	<input type="checkbox"/> じゃがいも 油 <input type="radio"/> 豚肉 にら <input type="checkbox"/> サラダ油 こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="triangle-up"/> ごまつな <input type="triangle-up"/> もやし 塩 <input type="radio"/> ベーコン うすくちしょうゆ こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="radio"/> あじ 塩 こしょう クッキングスパイス ワイン風調味料 オリーブ油 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> チキンハム 米酢 砂糖 ごま油 うすくちしょうゆ こしょう	<input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> 米粉 塩 こしょう <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> じゃがいも 塩 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダ油 こしょう	<input type="radio"/> ポークシューマイ <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> ごまつな <input type="triangle-up"/> もやし 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油 うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="triangle-up"/> みかん	<input type="radio"/> 豚肉 塩 こしょう 清酒 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="triangle-up"/> はくさいキムチ <input type="triangle-up"/> もやし にら こいくちしょうゆ みりん ごま油 <input type="checkbox"/> じゃがいも 塩 <input type="radio"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダレッシング こしょう	<input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> ごぼう 米酢 にんじん ごま 砂糖 サラダレッシング 白みそ うすくちしょうゆ 塩

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・おきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示



(ピーナッツ)

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和3年度8・9月分(8/30~9/30) 姫路市教育委員会

	9月15日(水)	9月16日(木)	9月17日(金)	9月21日(火)	9月22日(水)	9月24日(金)
献立	パン 牛乳 イタリアンスパゲティ あじのスパイス揚げ キャベツの甘酢炒め	ご飯 牛乳 関東煮 蒸しシュウマイ ひじきとコーンの炒め煮	一食育の日 ご飯 牛乳 たまねぎのみそ汁 さばの有馬揚げ ごまつなと大豆のサラダ	一月見献立 ご飯 牛乳 うしお汁 鶏肉の甘酢あん さといものそぼろ煮	パン 牛乳 カインザウ 白身魚の磯辺揚げ キャベツとハムのサラダ	秋のカレーライス 牛乳 じゃこ豆 ごぼうのごまソテー
献立	□ パン	□ ご飯	□ ご飯	□ ご飯	□ パン	□ ご飯
	○ 牛乳	○ 牛乳	○ 牛乳	○ 牛乳	○ 牛乳	○ 牛乳
材	□ スパゲティ	○ 牛肉	○ 豆腐	○ はもボール	○ 豚肉	□ じゃがいも
	□ サラダ油	□ じゃがいも	○ 油揚げ	○ 豆腐	□ サラダ油	△ かぼちゃ
料	○ 豚肉	△ にんじん	○ わかめ	○ わかめ	△ もやし	△ たまねぎ
	△ たまねぎ	△ にんにく	△ たまねぎ	△ にんじん	△ たまねぎ	△ しめじ
料	△ にんじん	○ こまつな入りつみれ	△ にんじん	△ えのきたけ	△ にんじん	△ にんじん
	△ エリンギ	○ 厚揚げ	△ 葉ねぎ	△ マッシュルーム	△ 葉ねぎ	△ セロリー
料	△ ピーマン	□ とうすくちしょうゆ	○ みそ	△ 鶏肉	△ チンゲンサイ	△ しょうが
	トマトケチャップ	こいくちしょうゆ	煮干し(だし)	○ うすくちしょうゆ	○ ポークスープ	△ にんにく
料	とんかつソース	みりん	○ さば	○ 鶏肉	○ ナンブラー	△ しょうが
	ウスターソース	○ ポークシュウマイ	うすくちしょうゆ	○ 清酒	○ 砂糖	○ ホキ
料	こしょう	○ ひじき	みりん	△ しょうが	○ 塩	○ あおさ粉
	○ あじ	△ とうもろこし	清酒	□ でんぷん	○ 天ぷら粉	□ 天ぷら粉
料	ワイン風調味料	△ にんじん	山椒粉	△ 油	□ 油	○ 大豆
	塩	○ パーコン	□ 油	△ こまつな	○ チキンハム	○ ちりめんじゃこ
料	こしょう	□ 砂糖	△ キヤベツ	△ 塩	○ 大豆	○ ちりめんじゃこ
	クッキングスパイス	こいくちしょうゆ	○ チキンハム	○ しょうが	○ 砂糖	○ ちりめんじゃこ
料	でんぷん	□ サラダ油	○ 大豆	□ 砂糖	△ キヤベツ	○ 砂糖
	油		△ キヤベツ	○ 清酒	△ 塩	こいくちしょうゆ
料	△ キヤベツ		○ チキンハム	□ 砂糖	△ にんじん	△ ごぼう
	塩		○ 大豆	△ しょうが	○ 米酢	△ にんじん
料	△ にんじん		□ ごま	○ 清酒	□ 砂糖	△ キヤベツ
	○ パーコン		□ サラダドレッシング	△ さといも	□ サラダ油	○ チキンハム
料	米酢		うすくちしょうゆ	△ グリンピース	□ 砂糖	△ ごま
	砂糖		こしょう	○ うすくちしょうゆ	□ 砂糖	○ うすくちしょうゆ
料	こま油			○ 鶏肉	□ サラダ油	○ サラダドレッシング
				△ しょうが		○ サラダ油
料				□ 砂糖		
				○ わかめ		
料				○ 牛乳		
				○ うどん		
料				○ わかめ		
				△ はくさい		
料				△ にんじん		
				△ 葉ねぎ		
料				○ 油揚げ		
				うすくちしょうゆ		
料				□ 砂糖		
				こいくちしょうゆ		
料				削り節(だし)		
				○ 鶏肉		
料				△ しょうが		
				こいくちしょうゆ		
料				○ 清酒		
				□ でんぷん		
料				□ 油		
				○ 豚肉		
料				△ ごぼう		
				△ にんじん		
料				△ さつま揚げ		
				△ にんにく		
料				△ グリンピース		
				うすくちしょうゆ		
料				こいくちしょうゆ		
				□ 砂糖		
料				みりん		
				△ さつま		
料				△ 塩		
				○ 油揚げ		
料				うすくちしょうゆ		
				みりん		
料				削り節(だし)		

8・9月平均 栄養量 (中学校)		ビタミン	A	258μgRAE
			B1	0.49mg
		B2	0.59mg	
		C	30mg	
エネルギー	766kcal			
たんぱく質	30.9g	食塩相当量	3.4g	
脂質	30.3%	食物繊維	6.7g	
カルシウム	350mg	マグネシウム	108mg	
鉄	2.9mg	亜鉛	3.5mg	

～地産地消の推進～

姫路市の学校給食では、姫路市産、兵庫県産の食材を優先して使用する地産地消の取組を推進しています。この取組の一環として、姫路市農政総務課の協力により、9月からすべての小・中・義務教育・特別支援学校で姫路市産たまねぎを献立に取り入れます。また、10月、11月の「食育の日」には、全市一斉に学校給食の献立に姫路市産たまねぎを使用します。学校給食に使用することにより、地産地消及び食育の推進を図り、姫路市産たまねぎの消費拡大を啓発していきます。

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほ) △緑の食品…体の調子をとのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに: