

Main table with columns: 日・曜, こんだて名, 血や肉になるもの, 熱や力になるもの, 体の調子をととのえるもの, 調味料 その他, エネルギー (小), エネルギー (中). Rows include items like コッパパン, ハムサラダ, ごはん, etc.

調味料

Table of seasonings and ingredients with categories: 薄口(しょうゆ), 濃口(しょうゆ), みりん, 酒, 白みそ, 赤みそ, 赤ワイン, 白ワイン, ケチャップ, 酢, (ウスター)ソース, 中華スープ, ガラスープ, デミグラス(ソース), 洋スープ, カレールー, たまねぎドレッシング, ノンエッグマヨネーズ, 青じそドレッシング, 減塩ごまドレッシング, 日向夏ドレッシング, ゆかり, 1食さきさきチーズ, 1食うめびしお, ピザソース, クリームシチューのもと, オイスターソース, トウバンジャン, ホワイトルウ, ハヤシルウ, 1食いちごジャム.

- 加工品の原材料についても記載されています。
点線のカッコの中に書かれているのが加工品の原材料です。
牛乳は毎日つきます。
食材の横に ( ) 書きでアレルギー表示を行っています。

【高崎給食センターの取組】

- ★ ペジ活の日
1日にとりたい野菜の量は350gです。しかし、宮崎県は野菜を食べる量が不足しています。
そこで、130g以上の野菜をたっぷり使った献立の日を「ペジ活の日」として紹介します。
★ ひむか地産地消の日
毎月16日を「ひむか地産地消の日」として、この日に宮崎県産の食材を使用した献立を紹介します。
今月16日に使用する宮崎県産の食材は、「こめ、プリ、しいたけ、ごぼう、にんじん、ピーマン、ねぎ」です。

