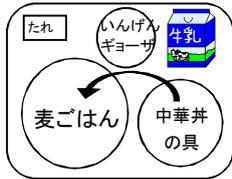
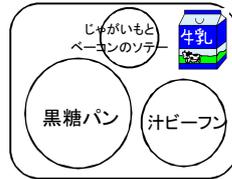
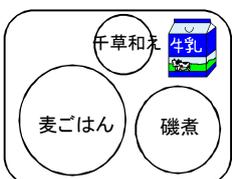
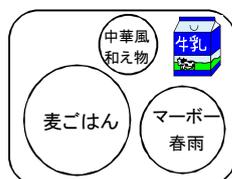
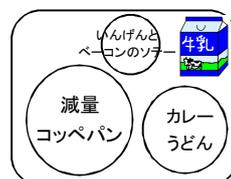
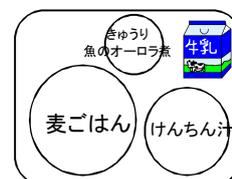
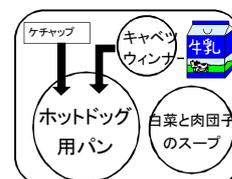


2012年

11月

献立表

日南市中央共同調理場 (愛称: つわぶき給食センター)

曜	月	火	水	木	金
日	<p>きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日</p> 			<p>中華丼 牛乳 ギョーザ いんげん</p>	<p>黒糖パン 牛乳 汁ビーフン じゃがいもとベーコンのソテー</p>
献立名					
配膳図	<p>11月23日は、勤労感謝の日です。 私たちの生活をささえてくれるすべての人に感謝する日です。 毎日食べている給食も、たくさんの人や動物、植物たちにささえられてきています。</p>  				
黄	<p>作物を育てている人、調理してくれる人、運んでくれる人、配膳</p>			<p>こめ むぎ でんぶん 小麦粉 サラダ油 ごま油 さとう</p>	<p>黒糖パン ビーフン じゃがいも サラダ油</p>
赤	<p>してくれる当番さんにも感謝して給食をいただきます。</p>			<p>ぶたにく 牛乳 いか えび</p>	<p>とりにく ベーコン 牛乳 えび</p>
緑	<p>毎日食べている給食も、たくさんの人や動物、植物たちにささえられてきています。</p> 			<p>たまねぎ キャベツ にんじん グリーンピース いんげん はくさい しいたけ たけのこ しょうが にんにく</p>	<p>たけのこ ねぎ にんじん しょうが ピーマン きくらげ</p>
栄養価	小学校	中学校		<p>エネルギー 622kcal たんぱく質 28.6g 脂質 17.9g</p>	<p>エネルギー 633kcal たんぱく質 25.9g 脂質 21.2g</p>
日	5	6	7	8	9
献立名	<p>麦ごはん 牛乳 磯煮 千草和え</p>	<p>麦ごはん 牛乳 マーボー春雨 中華風和え物</p>	<p>減量コッペパン 牛乳 カレーうどん いんげんとベーコンのソテー</p>	<p>麦ごはん 牛乳 けんちん汁 魚のオーロラ煮 きゅうり</p>	<p>ホットドッグ 牛乳 (ウインナー、キャベツ、ケチャップ) 白菜と肉団子のスープ</p>
配膳図					
黄	<p>こめ むぎ さとう ごま サラダ油</p>	<p>こめ むぎ はるさめ ごま さとう サラダ油 ごま油</p>	<p>コッペパン うどん サラダ油</p>	<p>こめ むぎ さといも でんぶん さとう 油</p>	<p>ホットドッグ用パン コーンスターチ パン粉</p>
赤	<p>とりにく 牛乳 だいず ちくわ あつあげ うすあげ いか ひじき</p>	<p>ぶたにく ツナ 牛乳</p>	<p>とりにく ベーコン 牛乳 チーズ</p>	<p>とりにく しろみ魚 牛乳 あつあげ みそ</p>	<p>とりにく ウインナー 牛乳</p>
緑	<p>にんじん ほうれんそう もやし こんにゃく</p>	<p>にんじん ピーマン ねぎ きゅうり もやし しいたけ しょうが にんにく</p>	<p>にんじん たまねぎ グリンピース いんげん とうもろこし りんご</p>	<p>ごぼう にんじん だいこん ほうれんそう しいたけ きゅうり りんご</p>	<p>はくさい ほうれんそう にんじん ねぎ キャベツ たまねぎ たら にんにく きくらげ</p>
栄養価	小学校	中学校		<p>エネルギー 622kcal たんぱく質 27.3g 脂質 16.0g</p>	<p>エネルギー 585kcal たんぱく質 23.8g 脂質 23.4g</p>
	中学校			<p>エネルギー 776kcal たんぱく質 33.6g 脂質 23.8g</p>	<p>エネルギー 762kcal たんぱく質 31.3g 脂質 31.3g</p>

※ 黄・・・エネルギーになる食品 赤・・・体をつくる食品 緑・・・体の調子を整える食品 と3つの食品群に分けています。