

1月のよていなんて

Main table with columns: 日・曜, こんだて名, 血や肉になるもの, 骨や力になるもの, 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 ごはん, ぶり, こんにゃく, etc.

調味料 section containing various food items and ingredients like 薄口(しょうゆ), 濃口(しょうゆ), だし, etc., organized in a grid-like structure.

- 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 O 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。
今月は16日がないため他の日の地産地消を紹介します。

- 13日: 宮崎県産のじどっこ
19日: 宮崎県産のプリ
26日: 金丸ファームのメンチカツ



みそ 醤油 みりん だし
ピーナッツ粉 ごま ごま油
だしのつめ しょうゆ 甘味料

パイナップル
砂糖 ポークエキス 塩 酢
動物たん白加水分解物 大豆たん白
マッシュルームエキス アミノ酸
増粘剤 着色料