

令和元年

恩納村立学校給食センター

7月給食予定献立表

TEL:966-8515

行事 欠食	日 (曜日)	献立名	主な食品と体内でのほたらき		
			おもに体の組織をつくる (赤の食品) たんぱく質・無機質	おもにエネルギーとなる (黄の食品) 炭水化物・脂肪	おもに体の調子を整える (緑の食品) ビタミン
	1月	牛乳 揚げパン マッシュルームスープ キャベツとコーンのソテー	牛乳 きな粉 鶏肉 白花・大福豆 脱脂粉乳 生クリーム ウインナー	パン 黒糖 砂糖 油 じゃが芋 小麦粉 バター	マッシュルーム 人参 玉ねぎ パセリ きゃべつ コーン
	2火	牛乳 麦ごはん 冬瓜の煮つけ 豆腐ハンバーグ 春雨の酢の物	牛乳 鶏肉 昆布 ちくわ 豆腐 ハム	米 麦 こんにやく 砂糖 パン粉 春雨 ごま ごま油	冬瓜 人参 いんげん 玉ねぎ 胡瓜
	3水	牛乳 フーチーパージュース ゆし豆腐とアーサの汁 ちくわりごま和え パッションフルーツ	牛乳 豚肉 油揚げ かまぼこ ゆし豆腐 アーサ ちくわ	米 麦 油 砂糖 ごま ごま油	よもぎ 人参 椎茸 ごぼう 小松菜 もやし パッションフルーツ
恩小6	4木	牛乳 なかみそば ごぼうのかき揚げ アスパラのみそマヨ和え 果物	牛乳 なかみ 豚肉 かまぼこ しらす干し むき枝豆 卵 みそ	沖縄そば じゃが芋 小麦粉 油 ごま マヨネーズ	椎茸 ねぎ 生姜 ごぼう 人参 玉ねぎ アスパラ きゃべつ コーン 果物
	5金	牛乳 麦ごはん コーン中華スープ 牛肉と野菜の中華炒め セタデザート	牛乳 鶏肉 卵 牛肉 厚揚げ	米 麦 でん粉 春雨 砂糖 油	人参 玉ねぎ 竹の子 きゃべつ チンゲン菜 にんにく
	8月	牛乳 仲良しパン ベジタブルスープ メンチカツ ブロッコリーと野菜のソテー 果物	牛乳 鶏肉 白いんげん 大豆 ウインナー	パン じゃが芋 マカロニ 小麦粉 パン粉 油 バター	人参 玉ねぎ トマト 大根 きゃべつ ブロッコリー しめじ 赤ピーマン 果物
仲幼	9火	牛乳 五穀ごはん 魚団子汁 卵焼きの甘醤油かけ ゴーヤーの和え物	牛乳 大豆 いわしのすり身 卵 ささみ	米 麦 ごま もちぎび コールスロー マヨネーズ 砂糖 ごま でん粉	冬瓜 人参 ねぎ 椎茸 生姜 苦瓜 胡瓜 コーン
	10水	牛乳 竹の子ごはん 冬瓜のみそ汁 揚げ豆腐のそぼろあんかけ 白菜のゆず浅漬け	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ わかめ みそ 豚肉	米 麦 油 でん粉 小麦粉 砂糖	竹の子 人参 椎茸 冬瓜 えのき茸 いんげん チンゲン菜 長ねぎ 白菜 ゆず
山幼	11木	牛乳 麦ごはん 沖縄風みそ汁 魚のかば焼き風 いんげんのごまドレ和え	牛乳 豆腐 ポーク みそ いわし	米 麦 小麦粉 でん粉 油 砂糖 ごま ドレッシング	へちま 人参 ねぎ 生姜 いんげん 胡瓜
恩幼	12金	牛乳 スパゲティミートソース スペイン風オムレツ コールスローサラダ 果物	牛乳 豚肉 牛肉 レバー 卵 ベーコン チーズ	スパゲティ 砂糖 油 コールスロー	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム トマト にんにく ホーレン草 きゃべつ 胡瓜 コーン 果物
	16火	牛乳 豚丼(麦ごはん・豚丼の具) かき玉汁 梅肉和え	牛乳 豚肉 卵 豆腐 糸削り	米 麦 でん粉 こんにやく 砂糖 油	人参 玉ねぎ ピーマン 椎茸 竹の子 にんにく えのき茸 赤うり 胡瓜 梅肉
安幼	17水	牛乳 チキンピラフ コンソメスープ 魚のハーブオイル焼き 果物	牛乳 鶏肉 ウインナー グリンピース 牛肉 白いんげん 鮭 チーズ	米 麦 バター 油 じゃが芋	人参 玉ねぎ マッシュルーム きゃべつ セロリ パセリ バジル 果物
	18木	牛乳 麦ごはん わかめと豆腐のみそ汁 ちくわのマヨネーズ焼き ふーチャンプルー	牛乳 わかめ 豆腐 みそ ちくわ 脱脂粉乳 生クリーム ベーコン	米 麦 麩 油	長ねぎ パセリ 人参 きゃべつ いら
	19金	牛乳 チキンカレーライス (麦ごはん・チキンカレールー) フルーツヨーグルト 福伸漬	牛乳 鶏肉 ヨーグルト	米 麦 じゃが芋 バター 小麦粉 油	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく 生姜 りんご パイン みかん もも 大根 刀豆

令和元年

恩納村立学校給食センター

8月給食予定献立表

TEL:966-8515

	26月	牛乳 ハヤシライス (麦ごはん・ハヤシルー) 即席漬 パイン	牛乳 牛肉 白花・大福豆	米 麦 じゃが芋 バター 小麦粉 油	人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ にんにく トマト 白菜 胡瓜 パイン
	27火	牛乳 もちぎびごはん 冬瓜と豆腐のすまし汁 餃子 沖縄風野菜炒め	牛乳 わかめ 豆腐 豚肉 牛肉 卵 厚揚げ コンビーフハッシュ	米 もちぎび 油 じゃが芋 餃子の皮 ごま油	冬瓜 椎茸 ねぎ 竹の子 いら にんにく 人参 きゃべつ ピーマン もやし パクチョイ

☆学校給食費は、期限内に収めましょう。