

令和5年08月		共A		予定献立表				倉敷中央学校給食共同調理場A	
日付	献立名	盛り付け方	食品の主なはたらき				エネルギー(kcal)		
			エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	その他	たんぱく質(g)		
28 (月)	ごはん 牛乳 さばのもろみ焼き 切干大根の煮付け 夏けんちん		○精白米 ○上白糖 ○でん粉 ○サラダ油 ○ごま油 ○つきこんにやく	○牛乳 ○さば ○麦みそ ○しぼり豆腐 ○油揚げ	○切干しだいこん ○にんじん ○乾しいたけスライス ○冷凍さやいんげん ○洗いごぼう ○かぼちゃ ○ねぎ	○しょうゆ ○みりん* ○水 ○うすくちしょうゆ ○食塩 ○煮干し(だし)	770 33.6		
29 (火)	ごはん 牛乳 えびと豆腐のうま煮 ばんさんすう 冷凍みかん		○精白米 ○サラダ油 ○上白糖 ○でん粉 ○マロニー ○ごま油	○牛乳 ○豚肉もも ○えび 冷凍 ○冷凍豆腐(カルシウム・鉄強化) ○ロースハム千切り	○白ねぎ ○しょうが ○にんじん ○たけのこ ゆで ○乾しいたけスライス ○たまねぎ ○チンゲンサイ ○キャベツ ○きゅうり ○冷凍みかん	○スープストック ○しょうゆ ○酒 ○みりん* ○洋からし 粉 ○米酢	721 29.3		
30 (水)	ハムサラダサンド 牛乳 豆乳チャウダー アセロラゼリー		○コッペパン ○ノンエッグ マヨネーズ小袋 8g ○サラダ油 ○じゃがいも ○でん粉 ○アセロラゼリー	○ロースハム千切り ○牛乳 ○若鶏肉もも きざみ ○ベーコン ○調製豆乳 ○白いんげん豆ペースト	○キャベツ ○にんじん ○たまねぎ ○ホールコーン 冷凍 ○パセリ	○スープストック ○食塩 ○しょう 白 ○チキンブイヨン ○水	731 29.2		
31 (木)	ごはん 牛乳 若鶏の甘辛 ひじき入り酢の物 豆腐のすまし汁		○精白米 ○でん粉 ○油 ○上白糖 ○ごま油	○牛乳 ○若鶏肉もも カツ用 ○ひじき ○しらす干し 小 ○豆腐	○キャベツ ○にんじん ○たまねぎ ○しめじ ○ねぎ	○みりん* ○しょうゆ ○カレー粉 ○水 ○米酢 ○食塩 ○うすくちしょうゆ ○削りぶし(だし) ○だし昆布	767 29.4		

【盛り付け方について】

牛乳は右奥に置いてください。
果物・デザート・個袋は左奥に置いてください。
スプーンまたはフォークの絵がない日ははしです。

【食器の種類】



【今月の倉敷市内の産物】

精白米 ごぼう しょうが
なす たけのこゆで りょくとうもやし



※ 献立は材料その他の都合により変更することがあります。

※ 特定原材料7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・ピーナッツ・そば)を使用しない献立の日(飲用牛乳を除く):28日 31日

※ 毎月の献立予定表をホームページに掲載しています。「倉敷中央調理場 献立表」で検索してください。又は、こちらのQRコードをご活用下さい。