

令和5年08月

共C(小)

予定献立表

倉敷中央学校給食共同調理場C(小)

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) たんぱく質(g)
			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	
29 (火)	ごはん 牛乳 さわらの薬味ソースかけ キャベツの炒め物 夏野菜のみそ汁	ごはん さわらのやくみソースかけ キャベツのいためもの なつやさいのみそ汁	○精白米 ○でん粉 ○油 ○上白糖 ○サラダ油	○牛乳 ○さわら ○中みそ ○赤みそ	○白ねぎ ○にんにく ○しょうが ○キャベツ ○こまつな ○にんじん ○冬瓜 ○たまねぎ ○かぼちゃ ○なす ○ねぎ	○しょうゆ ○みりん* ○米酢 ○食塩 ○こしょう 黒、粉 ○煮干し(だし) ○水	567 23.9
30 (水)	パン 牛乳 豚肉の バーベキューソースかけ 粉ふきいも ビーンズスープ	まるパン こふきいも ぶたにくのバーベキューソースかけ ビーンズスープ	○コッペパン ○上白糖 ○じゃがいも	○牛乳 ○豚肉 ロースカツ用 ○青のり粉 ○チキン ウィナー スライス ○ミックスビーンズ ○レンズ豆 水煮	○しょうが ○すりおろしりんご ○レモン 果汁 ○たまねぎ ○にんじん ○キャベツ ○パセリ	○食塩 ○こしょう 白 ○みりん* ○酒 ○しょうゆ ○米酢 ○一味 ○うすくちしょうゆ ○チキンブイヨン ○スープストック ○水	621 31.2
31 (木)	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	ごはん さばのもろみやき きりぼしだいこんのにつけ なつけんちん	○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)	616 28.3

【もりつけかたについて】

- ・ぎゅうにゅうはみぎおくにおいてください。
- ・くだもの・デザート・こぶくろはひだりおくにおいてください。
- ・スプーンまたはフォークのえがないひは、はしです。

【食器の種類】



【今月の倉敷市内の産物】

せいはいくまい りよくとうもやし



※ 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):29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。