２０２３年度７・８月献立表

玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主な材料と食品分類 ち・にく・ほねになるもの（あか） １群 たんぱく質	２群 無機質	からだのちょうしをととのえるもの（みどり） ３群 カロテン	４群 ビタミンC	ちからやねつのもとになるもの（きいろ） ５群 炭水化物	６群 しぼう	その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務（8品目） 推奨表示（20品目）	栄養価エネルギー（kcal）	
3	月	ごはん 半夏生（はんげしょう）					**ごはん**				小	614
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	779
		たこめしの具	たこ　ちくわ あぶらあげ		にんじん	ほししいたけ えだまめ　しょうが	さとう	なたね油	しょうゆ みりん　酒　和風だし	大豆　小麦	幼	436
		キャベツの塩昆布あえ		しおこんぶ		キャベツ　きゅうり			浅漬けの素　塩	小麦　大豆		
		豚汁	ぶたにく とうふ　みそ	にぼしこ	にんじん	だいこん　こんにゃく **ねぎ　ごぼう**	**じゃがいも**	なたね油	かつお厚削り節 だし昆布	大豆　えび　かに 豚		
		（小）ミニアセロラゼリー					ゼリー					
		（中）ヨーグルト		ヨーグルト						乳　ゼラチン		
4	火	食パン					しょくパン			乳　小麦　大豆	小	620
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	771
		ローストチキン	とりにく			しょうが　にんにく			しょうゆ　酒	鶏　小麦　大豆	幼	489
		地場産小麦の焼きそば	ぶたにく		にんじん ピーマン	キャベツ　もやし	**ちゅうかめん**	なたね油	焼きそばソース ソース	小麦　豚		
		卵野菜スープ	たまご		にんじん トマト	**たまねぎ**　キャベツ	かたくりこ		こしょう　コンソメ ガーリックパウダー	卵		
		いちごジャム					いちごジャム					
5	水	麦ごはん 玉村カレー 今年で17回目！					むぎ**ごはん**				小	656
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	838
		玉村カレー	**ぶたにく**	スキムミルク	にんじん トマト	**たまねぎ** にんにく　しょうが	**じゃがいも**	なたね油	カレールウ　ケチャップ ソース	小麦 乳 大豆 りんご やまいも 鶏 豚 バナナ	幼	495
		とうもろこし				とうもろこし						
		（小中）無限なす	まぐろ			**なす**	さとう	ごま油	鶏がらだし　酢　しょうゆ	鶏　小麦　大豆　ごま		
		（幼）ミニアセロラゼリー					ゼリー					
6	木	うどん					うどん			小麦	小	653
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	790
		夏野菜の手作りかきあげ	ちくわ		かぼちゃ	**たまねぎ**　コーン	てんぷらこ	なたね油		小麦　大豆	幼	510
		枝豆				**えだまめ**			塩	大豆		
		豚ねぎ塩うどん汁	ぶたにく かつおふんまつ		にんじん	**ねぎ**　しめじ　**たまねぎ** にんにく　しょうが		ごま油 なたね油	鶏豚湯　だし昆布　塩 塩こうじ　酒　しょうゆ	豚　鶏　小麦　大豆 ごま		
7	金	ごはん 行事食「七夕」					**ごはん**				小	627
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	755
		ししゃものゆかり揚げ	ししゃも	あおのり	しそ		てんぷらこ	なたね油		魚卵　小麦	幼	483
		小松菜のごまあえ	かつおふんまつ あぶらあげ		**こまつな**	もやし	さとう	ごま	しょうゆ	大豆　小麦　ごま		
		七夕そうめん汁	かまぼこ とりにく		**オクラ** にんじん	**たまねぎ** ほししいたけ　**ねぎ**	そうめん	なたね油	かつお厚削り節　酒　塩 だし昆布　しょうゆ	鶏　小麦　大豆		
		七夕ゼリー					ゼリー			大豆		
10	月	ごはん おはなし給食「ゆきうさぎのお品書き」					**ごはん**				小	651
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	785
		和風おろしハンバーグ	とりにく ぶたにく　だいず			たまねぎ　だいこん にんにく　しょうが	さとう かたくりこ		塩　みりん　酒　しょうゆ	鶏　豚　大豆　小麦	幼	472
		肉じゃが	ぶたにく		にんじん	**たまねぎ**　しらたき	**じゃがいも** さとう	なたね油	和風だし　酒 しょうゆ　みりん	豚　小麦　大豆		
		豆腐とわかめのみそ汁	とうふ　みそ	わかめ にぼしこ		だいこん　**ねぎ** えのき			かつお厚削り節 だし昆布	大豆　えび　かに		
11	火	背割りコッペパン					せわりコッペパン			乳　小麦　大豆	小	630
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	779
		スラッピージョー	ぶたにく　おから だいずミンチ		にんじん	**たまねぎ**	さとう こめこ	なたね油	赤ワイン　ケチャップ　こしょう ピューレー　ソース　コンソメ	豚　大豆	幼	451
		カラフルサラダ			あかパプリカ	キャベツ　きゅうり コーン		ドレッシング		りんご　大豆　小麦 鶏　豚		
		かぼちゃのポタージュ	とりにく	なまクリーム ぎゅうにゅう	かぼちゃ パセリ	**たまねぎ**	こめこ	バター	塩こうじ　コンソメ 塩　こしょう	鶏　乳		
12	水	ごはん 日本味めぐり 沖縄県					**ごはん**				小	677
		ジョア　いちご味		ジョア						乳	中	777
		鶏のからあげ	とりにく			しょうが　にんにく	かたくりこ こむぎこ	なたね油	しょうゆ　酒	鶏　小麦　大豆	幼	475
		（小中）ゴーヤチャンプルー	ぶたにく たまご		**ゴーヤ** にんじん	キャベツ	くるまふ	なたね油	塩　鶏がらだし　しょうゆ こしょう　オイスターソース　酒	豚　卵　大豆　小麦 鶏		
		もずくスープ	とうふ	もずく	にんじん	チンゲンサイ　えのき **ねぎ**　ほししいたけ		ごま油	鶏がらだし　しょうゆ 塩	大豆　鶏　小麦　ごま		
		（幼）やさいふりかけ							やさいふりかけ			

２０２３年度７・８月献立表

玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主な材料と食品分類 ち・にく・ほねになるもの（あか） 1群 たんぱく質	2群 無機質	からだのちょうしをととのえるもの（みどり） 3群 カロテン	4群 ビタミンC	ちからやねつのもとになるもの（きいろ） 5群 炭水化物	6群 しぼう	その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務（8品目） 推奨表示（20品目）	栄養価 エネルギー (kcal)	
13	木	黒パン					くろパン			乳　小麦　大豆	小	650
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	807
		メンチカツ	ぶたにく だいず			たまねぎ	パンこ　かたくりこ こむぎこ　さとう	なたね油	ソース　塩	豚　小麦　大豆	幼	514
		ポテトのマスタードマヨ炒め	ウインナー			**たまねぎ**　にんにく	**じゃがいも** さとう	バター マヨネーズタイプ	塩　粒マスタード みりん　こしょう　コンソメ	豚　大豆　乳　小麦 りんご		
		ABCマカロニスープ	ベーコン		にんじん パセリ	キャベツ　**たまねぎ** **ズッキーニ**	マカロニ		コンソメ　ガーリックパウダー こしょう	豚　乳　大豆　小麦		
14	金	ごはん					**ごはん**				小	665
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	800
		さばのスタミナ焼き	さば			にんにく			しょうゆ　みりん トウバンジャン	さば　小麦　大豆	幼	527
		鉄火味噌	ぶたにく みそ		ピーマン にんじん	**なす**　**たまねぎ**	さとう	なたね油	しょうゆ	豚　小麦　大豆		
		冬瓜のかきたま汁	たまご かつおふんまつ		にんじん **こまつな**	とうがん ほししいたけ	かたくりこ		かつお厚削り節　しょうゆ だし昆布　酒　みりん	卵　小麦　大豆		
18	火	（小中）丸パン横切り					まるパン			乳　小麦　大豆	小	624
		（幼）クロワッサン					クロワッサン			卵　乳　小麦　大豆	中	781
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	幼	538
		白身魚フライ	ホキ				パンこ　かたくりこ こむぎこ	なたね油	塩	小麦　大豆		
		こんにゃくサラダ			わかめ	もやし　きゅうり こんにゃく		ドレッシング		小麦　大豆　ごま		
		イタリアンすいとん	ウインナー		にんじん トマト	キャベツ　**たまねぎ**　しめじ **ズッキーニ**	**すいとん**	なたね油	ピューレー　コンソメ　塩　こしょう ガーリックパウダー　ケチャップ	豚　大豆　小麦		
		（小中）タルタルソース						タルタルソース		大豆　りんご		
19	水	ごはん					**ごはん**				小	661
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	795
		みそだれ焼き肉	ぶたにく みそ			**たまねぎ**　**ねぎ** しょうが　にんにく	さとう	ごま油	酒　しょうゆ	豚　小麦　大豆　ごま	幼	481
		海藻サラダ		かいそう		だいこん きゅうり		ドレッシング		ごま　鶏　小麦　大豆		
		春雨スープ	とりにく		にんじん **にら**	**たまねぎ**　もやし はるさめ　ほししいたけ			しょうゆ　鶏がらだし こしょう	鶏　小麦　大豆		
8月		～夏休み～										
30	水	ナン					ナン			小麦　大豆	小	627
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	848
		夏野菜のトマトキーマカレー	ぶたにく だいずミンチ	スキムミルク	かぼちゃ　トマト にんじん　ピーマン	**なす**　**ズッキーニ** **たまねぎ**　にんにく　しょうが	**じゃがいも** こめこ　こくとう	バター なたね油	カレー粉　ケチャップ　塩　コンソメ ソース　しょうゆ　りんごピューレ	乳　小麦　大豆 豚　りんご	幼	450
		ツナマヨサラダ	まぐろ			キャベツ　きゅうり コーン	さとう	マヨネーズタイプ	酢　レモン果汁			
		（小）ラムネゼリー					ゼリー					
		（中）ヨーグルト		ヨーグルト						乳　ゼラチン		
31	木	ラーメン					ラーメン			小麦	小	672
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	776
		手作りドーナツ	とうにゅう				ホットケーキミックス	なたね油		小麦　大豆	幼	565
		空芯菜の中華サラダ			にんじん	**くうしんさい** もやし	さとう	ごま油	酢　しょうゆ	小麦　大豆　ごま		
		塩ラーメンスープ	ぶたにく なると　うずらたまご		にんじん **にら**	**ねぎ**　キャベツ **たまねぎ**			塩ラーメンスープの素 鶏豚湯　塩　こしょう	豚　鶏　小麦　大豆 ごま　卵		
		ミルメークコーヒー					ミルメークコーヒー					

群馬の郷土料理 鉄火みそ

和食給食

世界の料理 インド

【栄養価（月平均）】

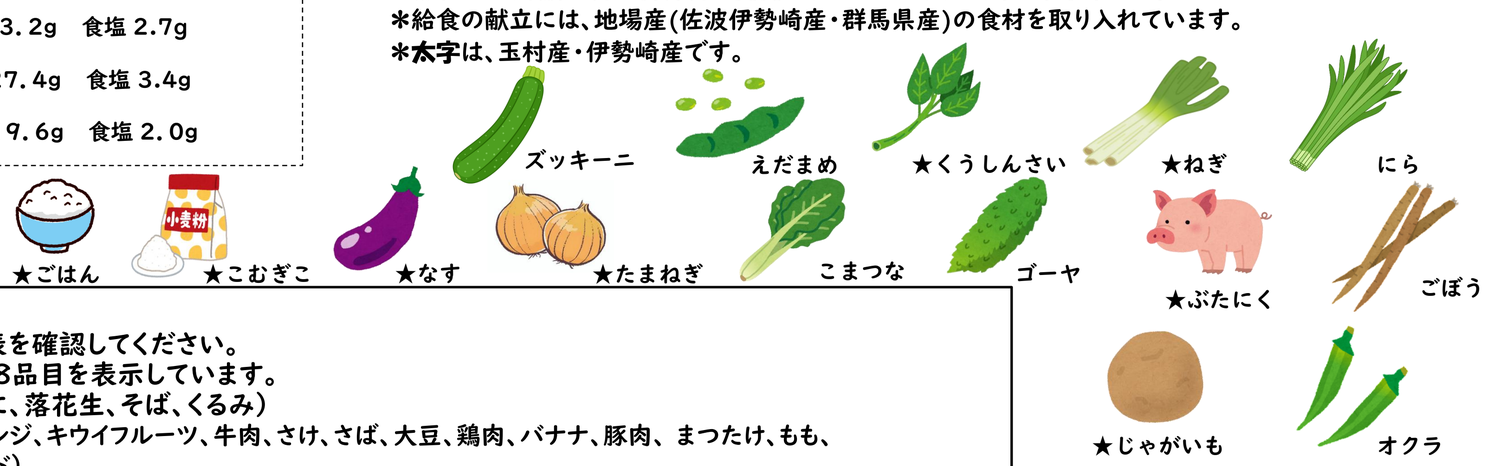
＊小学校　エネルギー　645kcal　たんぱく質 24.6g　脂質 23.2g　食塩 2.7g

＊中学校　エネルギー　792kcal　たんぱく質 30.0g　脂質 27.4g　食塩 3.4g

＊幼稚園　エネルギー　492kcal　たんぱく質 19.6g　脂質 19.6g　食塩 2.0g

＊都合により、献立及び食材料の変更をすることがあります。ご了承下さい。
＊給食の献立には、地場産(佐波伊勢崎産・群馬県産)の食材を取り入れています。
＊**太字**は、玉村産・伊勢崎産です。

7・8月の地場産の食材
（★は玉村産）



【アレルギー表示について】
※　食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。
※　献立表のアレルギー表示については、特定原材料の28品目を表示しています。
　特定原材料表示義務8品目（卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ）
　特定原材料推奨表示20品目（あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、カシューナッツ、ごま、アーモンド）
　（同一工場内、または同一ラインでアレルゲンを含む商品を作っている場合についての表示はしていません）
※　給食用の麺類・すいとんは、工場内でそばの製造をしています。（製造ラインは別）
※　小魚・海藻類は、エビ・カニなどの魚介類が混ざっている可能性があります。
※　そば・ピーナッツ・種実（ごまを除く）・木の実類・キウイフルーツは、アレルギーの新規発症の原因になりやすい食べ物のため、原則として使用を控えています。
※　食物アレルギー等で材料の使用量等詳しい内容を確認したい方は、玉村町学校給食センターまでご連絡ください。（TEL：65－6706）