

# 8月 中学校給食予定献立表

日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	
30日 (水)	<b>米粉パン</b>				31日 (木)	<b>ごはん</b>				
	●米粉パン	1こ	5	乳 麦		●精白米	100g	5		
	<b>牛乳</b>					<b>牛乳</b>				
	牛乳	1本	2	乳		牛乳	1本	2	乳	
	<b>枝豆コロッケ</b>					<b>さばのしそ香味焼き</b>				
	枝豆コロッケ	1こ	1	麦 豆		さば切り身	1こ	1	鯖	
	こめ油(揚げ用)	5g	6			香味焼オイル青紫蘇風味	6g	6	麦 鯖 豆	
	<b>夏野菜のミネストローネ</b>					<b>かぼちやのみそ汁</b>				
	カットウインナー	8g	1	豆 鶏 豚		かぼちや	30g	3		
	マカロニ・シェル(小)	8g	5	麦		豆腐	20g	1	豆	
	たまねぎ	20g	4			たまねぎ	25g	4		
	●なす	20g	4			●青ねぎ	6g	3		
	ズッキーニ	12g	4			わかめ	0.3g	2		
	にんじん	10g	3			みそ	8g	1	豆	
	トマト	18g	3			白みそ	2g	1	豆	
	セロリー	3g	4			だしパック	3g	1	鯖	
	パセリ	1g	3			<b>牛肉とビーマンの炒め物</b>				
	にんにく	0.5g	4			牛肉	10g	1	牛	
	トマトケチャップ	3g				土しろうが	0.5g	4		
	ぶどう酒	1.5g				にんにく	0.2g	4		
	砂糖	1.3g	5			清酒	1g			
コンソメ	2g			ビーマン	17g	3				
塩	0.1g			たけのこ	10g	4				
こしょう	0.04g			ちりめんじゃこ	5g	2				
<b>キャベツとコーンのサラダ</b>				こいくちしょうゆ	1.2g		麦 豆			
キャベツ	35g	4		砂糖	0.8g	5				
ホールコーン	5g	4		本みりん	0.5g					
にんじん	5g	3								
コーンクリームドレッシング	6g	6								
エネルギー	772	kcal		エネルギー	789	kcal				
たんぱく質	28.6	g		たんぱく質	32.7	g				

## 献立表について

献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルギーについて記載しております。また、各日のエネルギー量・たんぱく質の量を示しています。

広陵町及び香芝市教育委員会のホームページにおいて、冷凍加工食品等の原材料・アレルギーの分かる資料を公開しています。  
(QRコードより各ページに飛ぶことができます。)



広陵町イメージキャラクター  
かぐやちゃん



広陵町  
教育委員会HP



香芝市  
教育委員会HP



香芝市イメージキャラクター  
カッシー

## 「アレルギー」項目

特定義務表示7品目ならびに推奨義務表示21品目をすべて記載しています。(下図参照)

特定義務表示7品目及び推奨表示21品目の略字表記				
卵	卵	ら	いくら	豚 豚肉
乳	乳	れ	オレンジ	マツ まつたけ
麦	小麦	か	カシューナッツ	桃 もも
畜	そば	牛	牛肉	芋 やまいも
ビ	落花生	く	くるみ	り りんご
It	えび	鮭	さけ	ジ ごま
蟹	かに	鯖	さば	ゼラチン
鮑	あわび	豆	大豆	バナナ
缶	いか	鶏	鶏肉	キ キウイフルーツ
ア	アーモンド			

☆献立は都合により変更になることがあります。

●は、奈良県内で栽培されたものまたは、奈良県内で製造加工されたものです。

## 6つの基礎食品群

1群の食品	2群の食品	3群の食品	4群の食品	5群の食品	6群の食品
肉・魚・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂

## 8月 平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンC	食物繊維
kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g
781	30.7	26.7	341	102	2.7	225	0.55	0.56	34	4.9