

10月(前半) 学校給食献立予定表 中コース

(上北中・東中・南中
上里中・西中学校)

日曜日	曜日	献立名		食品の働 き			摂取量	
				血や肉、骨などをつくるもの (あか)	エネルギーになるもの (きいろ)	体の調子をととのえるもの (みどり)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	水	ごはん のり佃煮	牛乳	なすのみそ汁 あじの一夜干し 上州きんぴら	牛乳 油揚げ みそ あじ一夜干し のり佃煮	ごはん 油 三温糖 ごま ごま油	752	32.7
2	木	山型食パン いちごジャム	牛乳	オニオンスープ トマトミートオムレツ ビーンズサラダ ヨーグルト	牛乳 大豆 トマトミートオムレツ ヨーグルト	山型食パン 油 玉ねぎドレッシング いちごジャム	753	29.2
6	月	ごはん	牛乳	なめことパスタのスープ かにシューマイ② スタミナ焼肉丼	牛乳 ベーコン かにシューマイ 豚肉	ごはん 油 三温糖	802	31.9
7	火	地粉うどん	牛乳	肉汁つけうどん 大学芋③ 秩父こんにゃくサラダ	牛乳 豚肉 油揚げ 卵	地粉うどん さつまいも 油 三温糖 黒ごま 野菜いっぱいドレッシング	894	35.1
8	水	ごはん	牛乳	だんご汁 鶏肉の照り焼き ツナと大根のスープ煮	牛乳 沖あみなると 鶏肉 ツナ	ごはん 白玉団子	865	37.0
9	木	ナン	牛乳	ポトフ キーマカレー 冷凍みかん	牛乳 ウインナー 豚肉 レバーそぼろ	ナン オリーブ油 じゃがいも 油	851	37.2
10	金	茶飯	牛乳	沢煮椀 秋鯖の塩麹焼き 小松菜のおひたし	牛乳 豚肉 糸かまぼこ 鯖塩麹漬	茶飯	778	32.7
14	火	チーズパン	牛乳	彩り団子のスープ 白身魚フライ(ノンエッグタルタル) ルオーテのトマト煮	牛乳 彩り団子 白身魚フライ ベーコン	チーズパン マカロニ 油 オリーブ油 ノンエッグタルタル	963	37.4
15	水	ごはん	牛乳	ほうれん草のみそ汁 さわらの西京焼き 筑前煮	牛乳 油揚げ さわらの西京漬 鶏肉 みそ	ごはん 油 さといも 三温糖	835	37.4
16	木	黒パン	牛乳	きのこのクリームスープ かぼちゃコロケ 花野菜サラダ	牛乳 鶏肉 生クリーム	黒パン 油 かぼちゃジャム イタリアンドレッシング	863	28.3

10月給食だより



第1弾!

給食新メニュー
採用作品が登場します!



6月にみなさまからご応募いただいた給食新メニューが、いよいよ給食に登場します! 今年度は174作品中、18作品が採用となりました。第1弾は賀美小学校と中央小学校からご応募いただいた2作品です。これからどんどん登場していきますので、お楽しみに!

賀美小学校 肉汁つけうどん

豚肉、玉ねぎ、油揚げ、卵で作るシンプルなつけ汁です。仕上げに溶き卵を入れることで、まろやかになります。



中央小学校 ツナと大根のスープ煮

煮物と言ったら、しょうゆと砂糖で調味するのが定番ですが、コンソメ味でさっぱりと仕上げます。



今年度の新メニュー採用作品は全部で18品! 採用作品は給食だより、ホームページ、ポスター等で紹介していく予定です。
<http://www.kyuushoku.jp>



10月の献立から

☆希望献立☆

○上里中学校
(アンケートでも人気の高かったわかめごはんと鶏肉の唐揚げの組み合わせです。上里中学校では、全校生徒を対象に好きな給食アンケートをとり、その結果を給食委員会の生徒がまとめて、希望献立を決めました。)

☆新メニュー☆

○鶏肉のマーマレード焼き
(鶏肉に白ワイン、にんにく、しょうゆ、オレンジマーマレードを漬けこんで、スチームコンベクションオーブンでグリルします。)

☆季節の献立☆

○鮭のもみじ焼き
(旬の鮭にみそとすりおろした人参で下味をつけ、紅葉をイメージしました。)



☆栄養相談日☆

- 日時 10月 28日(火)
午後1:30~4:00まで
- 場所 本庄上里学校給食センター
TEL 0495(24)2621
食物アレルギー等でご相談のある方はお気軽にお越し下さい。

給食費の納入はお済みですか?

保護者の皆様に納入いただいている給食費は、その全額を食材の購入費用に充てております。
給食費の未納は、納入していただいている方との公平性が保たれないうえ、食材の購入に影響を及ぼすこともありますので、確実な給食費の納入をお願いします。

➡ 10月(後半)献立は裏面へ

10月(後半)

学校給食献立予定表

中
コース

(上北中・東中・南中
上里中・西中学校)

日	曜日	献立名			食 品 の 働 き			摂 取 量	
					血や肉、骨などをつくるもの (あか)	エネルギーになるもの (きいろ)	体の調子をととのえるもの (みどり)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
17	金	酢飯	牛乳	玉ねぎのみそ汁 厚焼き玉子 五目寿司の具	牛乳 豆腐 わかめ 油揚げ 厚焼き玉子 鶏肉 みそ 凍り豆腐	酢飯 油 三温糖	玉ねぎ 干しいたけ たけのこ 人参 グリーンピース	818	30.4
20	月	ごはん	牛乳	すまし汁 あじの塩焼き 肉じゃが	牛乳 糸かまぼこ あじ 豚肉	ごはん 油 じゃがいも 三温糖	人参 えのきたけ ほうれん草 玉ねぎ こんにゃく いんげん	786	37.3
21	火	中華麺	牛乳	コーンみそラーメン 春巻き ほうれん草のナムル	牛乳 豚肉 みそ 春巻き	中華麺 ごま油 油 ナムルドレッシング	にんにく しょうが 人参 もやし コーン ねぎ にら ほうれん草	816	30.4
22	水	ごはん	牛乳	野菜碗 鮭の紅葉焼き ひじきの炒め煮 ぶどうゼリー	牛乳 生揚げ みそ 鮭の紅葉漬け ひじき さつま揚げ	ごはん 油 三温糖 ぶどうゼリー	人参 大根(本庄) ごぼう ねぎ こんにゃく しらたき	786	32.2
23	木	ツイストパン	牛乳	パンプキンシチュー 鶏肉のマ・レード 焼き きゅうりサラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉	ツイストパン バター イタリアンドレッシング マーマレード	玉ねぎ 人参 かぼちゃ にんにく フロccoli こんにゃく きゅうり(本庄)	914	34.9
24	金	ごはん	牛乳	小江戸カレー コーンサラダ 福神漬 カットパイ	牛乳 豚肉	ごはん 油 さつまいも 玉ねぎドレッシング	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 ソニオン チャツネ アップルソース ほうれん草 キャベツ コーン 福神漬 パイ	889	26.7
27	月	ごはん ふりかけ	牛乳	わかめスープ 酢豚 りんご1/6	牛乳 わかめ 豚肉 のりふりかけ	ごはん 片栗粉 油 三温糖	人参 もやし ねぎ しょうが 玉ねぎ 干しいたけ りんご たけのこ ピーマン	868	28.0
28	火	地粉うどん	牛乳	きのこうどん ちくわの磯辺揚げ② すき昆布サラダ	牛乳 豚もも 油揚げ 焼ちくわ あおのり ひじき すき昆布	地粉うどん 油 ごま 小麦粉 片栗粉 野菜いっぱいドレッシング	人参 干しいたけ まいたけ なめこ ねぎ ほうれん草 キャベツ サラダこんにゃく しめじ	800	31.8
29	水	ごはん	牛乳	長ねぎのみそ汁 ほっけの塩焼き 生揚げの五目煮	牛乳 油揚げ ほっけ 豚肉 生揚げ みそ	ごはん 油 三温糖 片栗粉	人参 ねぎ ほうれん草 たけのこ 干しいたけ 玉ねぎ キャベツ	789	36.6
30	木	子どもパン	牛乳	ABCスープ ハンバーグデミソース ゆでブロッコリー (ソニック マネース)	牛乳 ベーコン ハンバーグ	子どもパン オリーブ油 じゃがいも マカロニ 三温糖 ソニック マネース	玉ねぎ 人参 キャベツ セロリー ブロッコリー	863	33.0
31	金	上里中学校 希望献立 わかめごはん	牛乳	かきたま汁 鶏肉の唐揚げ ごぼうサラダ	牛乳 豆腐 卵 鶏肉	わかめごはん 片栗粉 油 ごまドレッシング	人参 玉ねぎ えのき 水菜(上里) しょうが ごぼう きゅうり(本庄)	929	36.4
材料入荷による多少の変更はご了承ください 給食回数 21回							平均摂取量	839	33.2
							摂取基準値	820	30.0

平成25年度 給食センター決算状況等について

平成25年度の本庄上里学校給食組合の決算状況は、

歳入合計	815,043,322 円
歳出合計	792,280,130 円

となり、差額22,763,192円は26年度に繰越しになります。



下の表は、各支出総額を1年間の延べ給食提供食数で除して、1食当りの経費を算出したものです。
なお、給食費はその全額を食材料費に充てております。

区 分	運営費	食材料費	合 計
支出総額	428,035,981 円	364,244,149 円	792,280,130 円
1食当り経費	293 円	249 円	542 円

食材料費の内訳は次のとおりです。

区 分	金 額	割 合
主食(ご飯・パン等)	85,745,623 円	23.5%
牛乳	74,018,164 円	20.3%
副食(おかず)	204,480,362 円	56.2%
合 計	364,244,149 円	100.0%

給食の対象となっている人員は次のとおりです。

区 分	学校数	児童生徒数	教職員数	合 計
小学校	13	4,971 人	325 人	5,296 人
中学校	5	2,569 人	155 人	2,724 人
合 計	18	7,540 人	480 人	8,020 人

(平成25年5月1日現在)

1年間で延べ1,462,414食の給食を提供しました。