

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	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	木	たまごパン	牛乳	イタリアンスープ 野菜コロック (リ-ス) 花野菜サラダ 	牛乳 ベーコン	たまごパン 三温糖 野菜コロック野菜 油 玉ねぎドレッシング	玉ねぎ 人参 コーン トマト ブロッコリー パセリ カリフラワー	831	26.2
5	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス ほうれん草オムレツ フルーツカクテル	牛乳 豚肉 ほうれん草オムレツ	ごはん 油 じゃがいも 三温糖 カクテルゼリー	玉ねぎ 人参 グリルパ-ス もも バイン みかん キウイ	968	27.7
6	火	地粉うどん	牛乳	きのこうどん 彩の国肉まん すき昆布の炒め煮	牛乳 豚肉 油揚げ すき昆布 さつま揚げ	地粉うどん 三温糖 彩の国肉まん 油	人参 まいたけ しめじ ねぎ ほうれん草 干しいたけ	826	34.2
7	水	わかめごはん 七本木小学校 希望献立	ショア ストロ ベリー	野菜椀 鶏肉の唐揚げ ごぼうサラダ 	ショアストロベリー 油揚げ みそ 鶏肉	わかめごはん 片栗粉 さといも 油 ごまドレッシング	人参 大根 こんにやく ねぎ 小松菜(上里) ごぼう きゅうり(本庄)	838	30.0
8	木	ナン	牛乳	ABCスープ ポテトフライ③ キーマカレー カットオレンジ	牛乳 ベーコン 豚肉 レバーそぼろ	ナン マカロニ ポテトフライ 油	玉ねぎ 人参 キャベツ グリーンピース オレンジ	865	36.2
9	金	ごはんのり佃煮	牛乳	お芋のごまみそ汁 鮭のレモン風味焼き 小松菜のおひたし 	牛乳 油揚げ みそ 鮭 のり佃煮	ごはん さといも さつまいも ごま	人参 ほうれん草 レモン 小松菜(上里) もやし	786	35.5
13	火	中華麺	牛乳	ごまみそラーメン 揚げギョ-ザ③ 春雨サラダ 	牛乳 豚肉 みそ ギョ-ザ	中華麺 ごま油 油 ごま 春雨 玉ねぎドレッシング	人参 コーン もやし にら ねぎ キャベツ きゅうり(上里)	887	32.4
14	水	ごはん	牛乳	ほうれん草のみそ汁 あじフライ (ソース) 筑前煮	牛乳 油揚げ 豆腐 みそ あじフライ 鶏肉	ごはん 油 さといも 三温糖	人参 ほうれん草 ごぼう こんにやく たけのこ 干しいたけ いんげん	879	35.0
15	木	子どもパン	牛乳	秋の味覚シチュー ハンバーグトマトソース ブロッコリーサラダ 	牛乳 鶏肉 ハンバーグ	子どもパン 油 さつまいも 三温糖 オリーブ油 イタリアンドレッシング	玉ねぎ 人参 エリンギ しめじ トマト ブロッコリー きゅうり(上里)	940	36.0
16	金	ごはん	牛乳	沢煮椀 鯖の塩焼き 生揚げの煮物	牛乳 豚肉 鯖 生揚げ さつま揚げ	ごはん 三温糖	ごぼう 人参 大根 干しいたけ 糸みつば	838	40.1

10月給食だより



10月の献立から

☆希望献立☆

○七本木小学校
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。野菜たっぷりの汁を、というリクエストにお応えして野菜椀に上里産小松菜を追加しました。

☆季節の献立☆

○鮭の紅葉焼き
旬の鮭に、みそとすりおろした人参で下味をつけました。紅葉をイメージしています。



たくさんのご応募ありがとうございました!!

給食新メニュー
採用作品が登場します!

195人
200品

応募いただいたメニューは、各学校の食育主任の先生方や給食センターの職員で選考し、夏休み中に調理実習をして、**15品の採用が決定**しました。

一生懸命考えてくれたメニューです。給食センターでもおいしく作るようがんばります。どうぞお楽しみに♪



栄養相談日

1 日時 10月 28日 (水)

午後1:30~4:00まで

2 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。

七本木小学校 みそかつ

鶏のむね肉でかつを作り、みそをベースとしたたれをかけます。甘めなたれがごはんによく合います。ごはんの上のせて食べてください。



本庄西小学校 玉ねぎ黄金スープ

玉ねぎの甘さを引き出すために、ていねいによ〜く炒めると、黄金色になります。その黄金玉ねぎをコンソメスープにしました。



上里東小学校 タンダリーチキン

鶏のもも肉にヨーグルトやカレー粉、にんにく、トマトケチャップなどで下味をつけて、オーブンで焼きます。鶏肉のおいしさが引き立ちます。



中央小学校 大根と鶏肉の バターしょうゆ煮

大根と鶏肉に味がしみておいしい煮物になりました。ほんのり香るバターがポイントです。



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	
19	月	ごはん	牛乳	水菜のすまし汁 みぞかつ 切干大根のサラダ	牛乳 豆腐 わかめ 鶏肉 みそ	ごはん 薄力粉 パン粉 油 三温糖 野菜いっぱいドレッシング	人参 水菜(上里) 切干大根 キャベツ	853	34.2
20	火	地粉 うどん	牛乳	五目うどん まいたけのかき揚げ まめまめサラダ	牛乳 豚肉 なた 油揚げ 大豆 金時豆	地粉うどん 油 玉ねぎドレッシング	人参 干ししいたけ ねぎ 小松菜 まいたけかき揚げ	876	31.6
21	水	酢飯	牛乳	かきたま汁 鮭の紅葉焼き 五目寿司の具	牛乳 豆腐 卵 大豆 鮭の紅葉漬け 鶏肉	酢飯 片栗粉 油 三温糖	人参 玉ねぎ えのき 小松菜(上里) たけのこ 干ししいたけ グリルピーズ	860	39.5
22	木	バター ロール	牛乳	野菜コンソメスープ ウインナー イタリアンソース② ペパロンチーノ	牛乳 ウインナー ベーコン	バターロール オリーブ油 三温糖 スパゲッティ 油	玉ねぎ 人参 キャベツ にんにく トマト 小松菜 エリンギ	952	34.8
23	金	麦ごはん	牛乳	小江戸カレー 福神漬 コーンサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 ヨーグルト	麦ごはん 油 さつまいも 野菜いっぱいドレッシング	しょうが にんにく 人参 玉ねぎ リンゴ アップル ほうれん草 福神漬 キャベツ コーン	997	30.2
26	月	ごはん	牛乳	おふくろ汁 あじの一夜干し 肉じゃが	牛乳 豆腐 みそ あじ一夜干し 豚肉	ごはん 油 三温糖 じゃがいも	人参 ねぎ(上里) なめこ 玉ねぎ こんにゃく いんげん	832	37.6
27	火	中華麺	牛乳	広東麺 春巻き もやしのナムル	牛乳 豚肉 春巻き	中華麺 ごま油 片栗粉 油 ナムルドレッシング	しょうが 人参 キャベツ たけのこ ねぎ(上里) にら ほうれん草 もやし	804	30.9
28	水	ごはん	牛乳	大根と生揚げのみそ汁 白身魚のチリソース ひじきの彩り炒め ぶどうゼリー	牛乳 あさり 生揚げ みそ たら ベーコン ひじき さつま揚げ	ごはん 油 三温糖 片栗粉	人参 大根 ねぎ(上里) ほうれん草 にんにく しょうが しらたき 枝豆 ぶどうゼリー	821	34.5
29	木	食パン りんごジャム	牛乳	玉ねぎ黄金スープ タンダーチキン マカロニサラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉 ヨーグルト	食パン 油 玉ねぎドレッシング	玉ねぎ ソニオン ねぎ(上里) コーン パセリ にんにく ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり(本庄) りんごジャム	773	32.3
30	金	ごはん ふりかけ	牛乳	小松菜のみそ汁 里芋コロッケ 大根と鶏肉の バターしょうゆ煮	牛乳 みそ 鶏肉 ふりかけ(おかか)	ごはん 里芋コロッケ 油 三温糖 バター	人参 大根 えのき 小松菜(上里) 玉ねぎ いんげん	846	31.1
材料入荷による多少の変更はご了承ください 給食回数 20回							平均摂取量	864	33.5
							摂取基準値	820	30.0

平成26年度 給食センター決算状況等について

平成26年度の本庄上里学校給食組合の決算状況は、

歳入合計	798,977,526円
歳出合計	789,825,675円



となり、差額9,151,851円は27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	414,604,776円	375,220,899円	789,825,675円
1食当り経費	280円	253円	533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)	88,240,426円	23.5%
牛乳	79,006,686円	21.1%
副食(おかず)	207,973,787円	55.4%
合計	375,220,899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	4,826人	329人	5,155人
中学校	5	2,584人	162人	2,746人
合計	18	7,410人	491人	7,901人

(平成26年5月1日現在)

1年間で延べ1,481,011食の給食を提供しました。