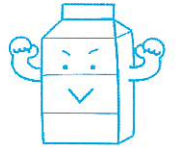


学校給食だより

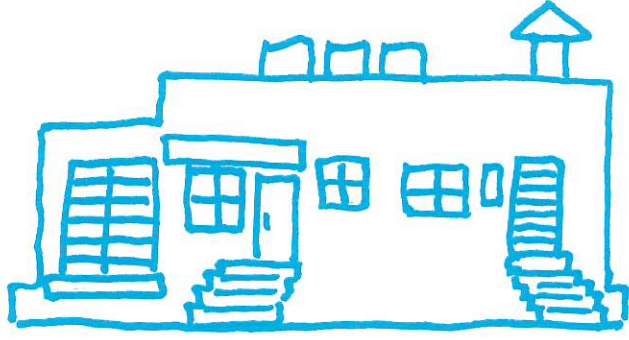
八雲町学校給食センター

牛乳が毎日出るのはどうして??

牛乳にはたくさんの栄養素が含まれていて、食品の王様という呼びかたをされるほど、体のために役立つ栄養素がふくまれています。たとえば、骨や歯がじょうぶになるのを助けてくれたり、筋肉になったり、健康な体になるために必要な栄養素が豊富な飲み物です。牛乳を飲んで、健康な体をつくりましょう!



37年間ありがとう!



八雲中学校の隣に建ち、37年間みなさんの元へ給食をお届けした給食センターでの給食作りも今月で終了です。最後に、今の給食センターの歩みをご紹介します。

- ・昭和58年12月に当時としては、最新の機械設備を配置した建物が完成しました。中でも、北海道内で最初に導入された自動回転なべは、とても大きななべで、1回に2,000人分を作ることができ、小学校16校・中学校5校に1日3,040人分の給食を作りました。当時は、パン給食が週に3回、米飯給食が週に2回でした。米飯は、1人分ずつ使い捨てパックに詰められていました。
- ・平成元年からパン給食が週2回に、米飯給食が週3回になり、使い捨てパックからお弁当箱に詰められるようになりました。
- ・平成8年にオープンを導入し、「かぼちゃのチーズ焼き」や「ちくわのマヨ焼き」など、人気メニューも誕生しました。
- ・平成11年からは、栄養バランスを考えながら給食メニューを組み合わせる「リクエストメニュー」を全小学校から募集し、給食に取り入れました。
- ・平成13年から全中学校を対象に、普段の給食では登場しない食材を使った「スペシャルメニュー」給食を実施しました。
- ・令和2年4月から、米飯が学年ごとに食べる量を設定できるバット方式になり、お茶わんに配膳するようになり、熊石小学校と熊石中学校へも給食をお届けしています。

7月のこんだて予定表

(献立表をご活用下さい)

日 (曜)	こんだて名		黄				赤				緑			
			働く力となる		血や肉になる		体の調子を整える							
1 (水)	米	飯	牛乳	大根のみそ汁・鮭の塩焼き・野菜のそぼろ煮	米・じゃが芋	油揚げ・鮭・豚肉・さつま揚げ	牛乳	大根・人参・玉ねぎ	グリーンピース					
2 (木)	減量ごはん	〃	〃	みそけんちんうどん・磯香和え・すだちゼリー	米・うどん	鶏肉・小女子・のり・寒天・牛乳	〃	しめじ茸・長ねぎ・ごぼう・人参	生姜・小松菜・白菜・すだち					
3 (金)	米	飯	〃	キャベツのみそ汁・豚肉の香味焼き・黄桃	米	油揚げ・豚肉・牛乳	〃	キャベツ・人参・玉ねぎ・生姜	ピーマン・ニンニク・桃					
6 (月)	米	飯	牛乳	八杯汁・ホッケの西京焼き・大根とコーンのサラダ	米	豆腐・油揚げ・ホッケ・ハム	牛乳	えのき茸・長ねぎ・生姜・大根	キュウリ・コーン					
7 (火)	黒糖パン	〃	〃	マカロニクリーム煮・ブロッコリーとチキンのサラダ	パン・じゃが芋	鶏肉・ベーコン・寒天・粉乳	牛乳	玉ねぎ・人参・マッシュルーム	ブロッコリー					
8 (水)	米	飯	〃	玉ねぎのみそ汁・豆腐ハンバーグ	米	油揚げ・イカ・豆腐・鶏肉・牛乳	〃	玉ねぎ・人参・大根	〃					
9 (木)	減量ごはん	〃	〃	五目スープ・焼きそば・ハスカップゼリー	米・めん・麩	ツト・ワカメ・豚肉・牛乳	〃	メンマ・長ねぎ・人参・白菜	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン					
10 (金)	米	飯	〃	ワカメと豆腐のみそ汁・チキンカツ	米	ワカメ・豆腐・鶏肉・牛乳	〃	長ねぎ・人参・キャベツ	〃					
13 (月)	米	飯	牛乳	小松菜のみそ汁・いわし生姜煮・そぼろきんぴら	米・しらたき	いわし・豚肉・油揚げ・牛乳	〃	小松菜・人参・ごぼう	グリーンピース					
14 (火)	コッペパン	〃	〃	豆腐のスープ・チキンナゲット(小2個・中3個)	パン・ジャム	豆腐・ツト・鶏肉・牛乳	〃	筍・しめじ茸・長ねぎ・人参・生姜	キャベツ・玉ねぎ・コーン					
15 (水)	米	飯	〃	ポークカレー・フルーツゼリー和え(チーズ)	米・じゃが芋	豚肉・チーズ・寒天・牛乳	〃	玉ねぎ・人参・パセリ・りんご	パイン・桃					
16 (木)	減量ごはん	〃	〃	うどん・天かす・ブロッコリーとツナのサラダ	米・うどん	花竹輪・ツナ・のり・牛乳	〃	人参・筍・しめじ茸・長ねぎ	ブロッコリー					
17 (金)	米	飯	〃	ふのりとじゃが芋のみそ汁・親子煮・パイン	米・じゃが芋	ふのり・油揚げ・卵・鶏肉・牛乳	〃	長ねぎ・しめじ茸・玉ねぎ・人参	グリーンピース・パイン					
20 (月)	米	飯	牛乳	野菜ボールのスープ・揚げギョウザ(小2個・中3個)	米・ギョウザの皮	すり身・豚肉・鶏肉・牛乳	〃	筍・木耳・生姜・コーン	キャベツ・キュウリ					
21 (火)	コッペパン	〃	〃	コンソメスープ・カレースパゲティ	パン	ベーコン・鶏肉・粉乳・牛乳	〃	玉ねぎ・パセリ・ピーマン	赤ピーマン・ブロッコリー・ミニトマト					
22 (水)	米	飯	〃	豚じゃが汁・いわしのみそ煮・小松菜の磯香和え	米・じゃが芋	豚肉・豆腐・いわし・花竹輪	牛乳	人参・白菜・小松菜	〃					
27 (月)	米	飯	牛乳	白菜のみそ汁・うの花コロケ	米・じゃが芋	油揚げ・うの花・ひじき・豚肉	牛乳	白菜・人参・切干大根	グリーンピース・ごぼう					
28 (火)	切り込みパン	〃	〃	コーンシチュー・ハンバーグソースかけ	パン	粉乳・豚肉・鶏肉・牛乳	〃	玉ねぎ・人参・パセリ・マッシュルーム	コーン・キャベツ					
29 (水)	米	飯	〃	ワカメスープ・枝豆シューマイ(各2個)	米	ツト・豚肉・鶏肉・牛乳	〃	もやし・長ねぎ・人参・筍・木耳	コーン・キャベツ・キュウリ					
30 (木)	減量ごはん	〃	〃	キムチうどん・ブロッコリーのおかか和え	米・うどん	豚肉・花かつお・卵・牛乳	〃	にら・人参・白菜・筍・長ねぎ	木耳・ブロッコリー					
31 (金)	米	飯	〃	もやしのみそ汁・鶏肉のごまがらめ・冷凍みかん	米・しらたき	油揚げ・鶏肉・豚肉・牛乳	〃	もやし・人参・みかん	〃					

~こんだてせつめい~

- 15日 ポークカレーの時は、ごはんの上にカレーをのせて食べてね。
- 17日 親子煮は、ごはんの上に親子煮をかけて、親子丼として食べてね。
- ※今月から熊石地区のメニューが登場します。
- 14日 キャベツのカレー炒め
- 29日 ホイコーロー です。

7月分平均栄養摂取量

	エネルギー Kcal	蛋白質 g
小学校	612	21.7
中学校	803	28.2

予定回数 21回

食物アレルギーについての対応や給食食材等についての問い合わせは八雲町学校給食センター(62-2801)まで

※材料調達の都合により献立の一部が変更する場合がありますのでご了承下さい。