



# 8月予定献立表



30日 火曜日		31日 水曜日	
(主菜)・サテ・アヤムふう チキンとやさいのグリル (副菜)・やさいとビーフンのサラダ (汁物)・とうふとたまねぎのみそしる (主食)・むぎごはん ・ぎゅうにゅう		(主菜・主食)・サーモンとタイのちらしずし (すしめし) (副菜)・きゅうりとカリフラワーのごまあえ (汁物)・なめこととうふのあわせみそしる ・ぎゅうにゅう	
サテ・アヤム風チキンと野菜のグリル ・鶏肉 ・食塩 ・人参 ・蓮根 ・枝豆 ・醤油 ・砂糖 ・コリアンダー	豆腐と玉ねぎの味噌汁 ・玉ねぎ ・豆腐 ・油揚げ ・だし昆布 ・かつおぶし	サーモンとタイのちらし寿司 ・寿司飯 ・サーモン ・マダイ ・食塩 ・料理酒 ・だし昆布 ・かつおぶし ・蓮根 ・人参 ・筍	胡瓜とカリフラワーのごま和え ・人参 ・アスパラガス ・ブロッコリー ・カリフラワー ・胡瓜 ・醤油 ・かつおぶし
野菜とビーフンのサラダ ・ビーフン ・鶏がらスープ ・大豆油 ・なたね油 ・筍 ・キャベツ ・人参	大豆汁 ・大豆	卵別 ・卵 ・油脂加工品 ・水あめ	なめこと豆腐の合わせ味噌汁 ・白ねぎ ・豆腐 ・なめこ ・かつおぶし ・だし昆布
主菜:小麦、大豆、鶏 副菜:小麦、大豆、鶏、ごま	汁:大豆	主菜:卵、鮭、小麦、大豆	副菜:小麦、大豆、ごま 汁:大豆
低学年 エネルギー 588kcal たんぱく質 22.7g 脂質 17.9g	低学年 エネルギー 567kcal たんぱく質 24.2g 脂質 17.5g	中学年 エネルギー 691kcal たんぱく質 26.7g 脂質 21.1g	中学年 エネルギー 667kcal たんぱく質 28.4g 脂質 20.6g
高学年 エネルギー 795kcal たんぱく質 30.7g 脂質 24.2g	高学年 エネルギー 767kcal たんぱく質 32.7g 脂質 23.7g		



## ワールドウィーク



「サテ・アヤム(sate/satay ayam)」は、見(み)た目(め)は、焼鳥(やきとり)に似ており、インドネシア、マレーシア、シンガポール、タイ、フィリピンなどの東南(とうなん)アジアの国々(くにぐに)でひろくたべられている串(くし)料理(りょうり)です。

発祥(はっしょう)はジャワ島(とう)で、アラビアからの移民(いみん)の料理をアレンジしたといわれています。

ちいさく切(き)った鶏肉(とりにく)をケチャップマニス、塩(しお)、コリアンダーなどでつくったタレにつけこみ、串にさして、炭火(すみび)でやきます。そのまま、あるいは、ピーナッツをすりつぶして作(つく)ったソースをかけます。

給食(きゅうしょく)では、たべやすいように、串なしで提供(ていきょう)します。

低学年 平均値/月	中 学 年 平均値/月	高 学 年 平均値/月
エネルギー 577kcal たんぱく質 23.4g 脂質 17.7g	エネルギー 679kcal たんぱく質 27.6g 脂質 20.8g	エネルギー 781kcal たんぱく質 31.7g 脂質 24.0g

※原材料は、天候不順、感染症、家畜病等の調達事情により、変更する場合がございます。  
 ※コンタミネーションとは、原材料には使用していないけれど、別製品の製造工程で同じラインを使う食材のことを言います。  
 ※料理ごとのアレルギー表示をしていますが、同じ調理室内で作っております。また、調理器具は洗った上で使い回しています。  
 ※汁物には和風だし(ノアルergen)を使用することもあります。  
 ※ちりめんじゃこは、えび・かに生息域で採取しています。