



令和6年 9月分献立表

(給食実施回数 15回)

北本市教育委員会
北本市立東中学校



Table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名 (主に体をつくる食品, 主にエネルギーのもとになる食品, 主に体の調子を整える食品, 調味料他), アレルギー表示義務7品目, エネルギー(Kcal), たんぱく質(g). Rows include items like ナン, キーマカレー, フライドポテト, etc.

土曜公開授業の振替休業日

Table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名, アレルギー表示義務7品目, エネルギー(Kcal), たんぱく質(g). Rows include items like バターロール, 彩り野菜とソーセージの煮物, etc.

都合により食材や献立を変更することがありますので、ご了承ください。

アレルギー表示義務7品目(えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生)について記載してありますが、同一ラインで製造している商品についてのアレルギー表示は記載してありません。また、献立表に記載されていない微量の食材もありますので、献立表は、あくまでも参考資料としてご覧ください。ご不明な点は各学校にお問い合わせください。

献立担当 北本市学校栄養士会

Table with columns: 日(曜), 献立, 使用する食品名, アレルギー表示義務7品目, エネルギー(Kcal), たんぱく質(g). Rows include items like ご飯, 牛乳, ホキの南蛮漬け, etc.

Table with columns: 9月の平均摂取量, 学校給食摂取基準, エネルギー, たんぱく質. Values: 830, 30.9, 830kcal, 14.9%.

作ってみよう★給食メニュー ~燻製~

燻製とは、食材を木くずでたいた煙でいぶすこと(燻煙)をいいます。燻煙材には、ナラ、カシ、サクラなどの樹脂の少ない木材が使用され、不完全燃焼させることで煙を発生させます。煙の成分には、防腐、殺菌効果があり、長期保存が可能となります。また、食材に独特の香りと色を付けることができます。代表的な食品に、ソーセージやベーコン、生ハムなどがあります。



彩り野菜とソーセージの煮物 10日実施

Table with columns: <材料>, <4人分>, <切り方>, <作り方>. Lists ingredients like ソーセージ, マカロニ, 人参, etc., and cooking instructions.

旬の野菜をたっぷり使った煮物です。トマトのさわやかな酸味が残暑にぴったりです。



今月の北本産野菜の使用予定「梨・冬瓜・ねぎ・なす」

<参考文献>
同文書院 食べ物と健康
アイ・ケイコーポレーション スタンダード食品学