令和2年 7･8月 25回

学校給食献立表

資料7

長久手市立長久手給食センター

日・曜	献立名	主な材料とその働き					
		主に体をつくるもとになるもの		主に体の調子を整えるもとになるもの		主にエネルギーのもとになるもの	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実
1 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	ぶたにくとなまあげのしょうがに	ぶたにく　なまあげ		にんじん　いんげん	しょうが　たまねぎ　ほししいたけ	さとう　でんぷん	
	けんちんじる	とりにく　とうふ			ごぼう　だいこん　ねぎ	でんぷん	ごまあぶら
2 木	こがたロールパン（乳）（小学1年なし）　牛乳		牛乳			こがたロールパン	
	イタリアンスパゲティ	ぶたひきにく		ピーマン　にんじん　トマトジュース	たまねぎ	スパゲッティ　さとう	オリーブあぶら
	えだまめコロッケ				えだまめコロッケ		こめあぶら
3 金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	いわしのかんろに（２ひ）		いわしかんろに				
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ　こんにゃく　えだまめ	じゃがいも　さとう	こめあぶら
	◎りんごゼリー				りんごゼリー		
6 月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	さんまのみぞれに	さんまのみぞれに					
	じゃがいもののっぺいじる	なまあげ		にんじん	だいこん　ねぎ　こんにゃく	じゃがいも　でんぷん	
7 火	わかめごはん　牛乳		牛乳			わかめごはん	
	おさかなフライ	おさかなフライ					こめあぶら
	そうめんじる	ぶたにく　かまぼこ		にんじん　オクラ	ほししいたけ　えのきたけ	そうめん	
	◎おほしさまタルト					おほしさまタルト	
8 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	そうだかつおのおかかに	そうだかつおのおかかに					
	さわにわん	ぶたにく　とうふ　ゆば		みつば　にんじん	ねぎ　えのきたけ		
9 木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	ちゅうかはん	ぶたにく　むきえび　いか		にんじん	しょうが　たけのこ　グリンピース　キャベツ　たまねぎ　ほししいたけ	でんぷん	ごまあぶら
	れいとうみかん				れいとうみかん		
10 金	カレーピラフ　牛乳	ぶたひきにく	牛乳	にんじん	とうもろこし　たまねぎ　マッシュルーム	アルファーかまい	こめあぶら
	あじフリッター（小２こ　中３こ）	あじフリッター					
	やさいたっぷりスープ	ベーコン		にんじん　パセリ	キャベツ　セロリー　たまねぎ	じゃがいも	
	ミニアセロラゼリー（2こ）					ミニアセロラゼリー	
13 月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	ひじきとだいずのうまに	ぶたにく　だいず　あぶらあげ	ひじき	にんじん	こんにゃく　とうもろこし　えだまめ	さとう	こめあぶら
	とりだんごじる	とりにくだんご		にんじん	だいこん　ねぎ		
14 火	ちゅうかめん　牛乳		牛乳			ちゅうかめん	
	しおラーメン	ぶたにく		にんじん　にら	たまねぎ　ねぎ　たけのこ　とうもろこし　にんにく		
	あいちのしそいりとりはるまき	あいちのしそいりとりはるまき					こめあぶら
15 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	あおのりいりたまごやき（卵）	あおのりいりたまごやき					
	てっかみそ	だいず　はんぺん　ぶたにく　あかみそ		にんじん　いんげん	ごぼう　しょうが　こんにゃく	さとう	こめあぶら
16 木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	てりやきハンバーグ	ハンバーグ				さとう　でんぷん	
	あわせみそしる	とうふ　あぶらあげ　あかみそ　しろみそ	わかめ	にんじん	ねぎ　たまねぎ　だいこん		
	ミニようなしゼリー（2こ）					ミニようなしゼリー	
17 金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	ハッシュドライス（乳）	ぶたにく	なまクリーム	にんじん　トマトジュース	たまねぎ　グリンピース　セロリー	こむぎこ　さとう	バター
	えだまめサラダ	ハム		にんじん	えだまめ　キャベツ　きゅうり	さとう	こめあぶら
20 月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	とりにくのふうみやき	とりにく		にんじん	ねぎ　なましいたけ　レモンかじゅう	さとう	ごま
	ごじる	だいず　とうふ　あぶらあげ　ぶたにく　あかみそ　しろみそ		にんじん	ねぎ　だいこん		
21 火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	さわらのてりやき	さわら				さとう　でんぷん	
	えびだんごじる	えびだんご　とうふ		みつば　にんじん	だいこん　ほししいたけ		
	◎プルーンヨーグルト（乳）		プルーンヨーグルト				
22 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	いかフライのレモンソースかけ	いかフライ			レモンかじゅう	さとう	こめあぶら
	とうふじる	ぶたにく　とうふ　かまぼこ		にんじん	えのきたけ　ねぎ		
27 月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	なすみそメンチカツ	なすみそメンチカツ					こめあぶら
	だんごじる	とりにく		にんじん	ねぎ　だいこん　ほししいたけ	ジャガボール	こめあぶら
	●センターふりかけ	さけフレーク		なめしふりかけ			ごま
28 火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	さけのゆうあんやき	さけ			ゆずかじゅう	さとう　でんぷん	
	スタミナじる	ぶたにく　あぶらあげ　あかみそ　しろみそ		にんじん	だいこん　ねぎ　ごぼう　にんにく		
	◎ピーチゼリー				ピーチゼリー		
29 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	レバーいりつくね（小２こ　中３こ）	レバーいりつくね					
	こうやどうふのたまごとじ（卵）	たまご　とりにく　こうやどうふ		にんじん　いんげん	たまねぎ　ほししいたけ	さとう	こめあぶら
30 木	クロスロールパン（乳）　牛乳		牛乳			クロスロールパン	
	ごぼういりコロッケ					ごぼういりコロッケ	こめあぶら
	りょくおうしょくやさいのスープ	ベーコン		にんじん　こまつな　かぼちゃ			
31 金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	なすいりマーボーどうふ	とうふ　ぶたひきにく　あかみそ		にら	なす　ねぎ　しょうが	さとう　でんぷん	ごまあぶら
	ショウロンポウ（2こ）	ショウロンポウ					
8/3 月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	キムタクごはん	ぶたにく			つぼづけ　はくさいキムチづけ　ねぎ		ごまあぶら
	トック	とりにく		にんじん　にら	たけのこ　たまねぎ	トック	こめあぶら　ごまあぶら
4 火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	カレーライス（乳）	ぶたにく	こなチーズ	にんじん　トマト	たまねぎ　バナナ　りんご	じゃがいも　こむぎこ	こめあぶら　バター
	ポテトチップスサラダ	ベーコン			きゅうり　キャベツ	ポテトチップス	
	◎がまごおりみかんゼリー				がまごおりみかんゼリー		
5 水	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん	
	さばのしおやき	さば					
	かぼちゃのみそしる	ぶたにく　とうふ　あぶらあげ　あかみそ		かぼちゃ　にんじん	ねぎ		
6 木	ごもくごはん　牛乳	とりももにく　かまぼこ　あぶらあげ	牛乳	にんじん	ごぼう　ほししいたけ	アルファーかまい　アルファーかもちまい　さとう	こめあぶら
	キャベツいりメンチカツ	キャベツいりメンチカツ					こめあぶら
	とうがんじる	とりにく		にんじん	とうがん　ねぎ　ほししいたけ	でんぷん	
	ミニぶどうゼリー（２こ）					ミニぶどうゼリー	

◎は業者が直接学校へ配送します。都合により食材を変更させていただく場合があります。
●はクラス用のものです。

☆長久手市のホームページに詳細な献立材料表や給食レシピを掲載しています。
ご家庭で活用してください。

７・８月の給食は、新型コロナウイルス感染症に対応するため、配膳の過程での感染防止に配慮した献立になっています。

長久手の野菜が給食に登場します。

7/6･10　じゃがいも　興語 紀元 さん
7/2･9･14･16･17　たまねぎ　浅井 政行 さん

令和2年
7月

保育園給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材料名	主食	おやつ
1 水	五目汁 野菜の炒め物 枝豆ロッケ	よいこ牛乳	鶏むね肉・ちくわ・にんじん・たまねぎ・干ししいたけ・ねぎ／ 豚もも肉・キャベツ・もやし・ピーマン・赤ピーマン／ 枝豆コロッケ	ごはん	星っ子
2 木	コーンクリームスープ マカロニサラダ 鶏肉のバーベキュー焼き	よいこ牛乳 ブルーベリージャム	ベーコン・たまねぎ・とうもろこし・パセリ・バター・スキムミルク／ マカロニ・まぐろ油漬け・きゅうり・たまねぎ・にんじん／ 鶏もも肉・りんご・しょうが・レモン果汁	スライスパン	全粒粉クラッカー
3 金	じゃがいものみそ汁 もやしのごまサラダ さばのおろし酢がけ	よいこ牛乳	じゃがいも・えのきたけ・わかめ・ねぎ・油揚げ／ ほうれん草・もやし・チキンハム・ごま・ごま油／ さば・大根	ごはん	小魚スナック
4 土	ソーセージ オレンジ	土曜日牛乳		おにぎり	
6 月	豆腐のスープ 中華サラダ 揚げ鶏香味だれ	よいこ牛乳	にんじん・豆腐・干ししいたけ・豚ひき肉・たまねぎ・ねぎ／ まぐろ油漬け・キャベツ・にんじん・きゅうり・にら・しょうが・ごま油／ 若鶏竜田揚げ・ねぎ	ごはん	黒糖まるぼうろ
7 火	七夕汁 赤しそ和え 星形ハンバー	よいこ牛乳	そうめん・にんじん・干ししいたけ・鶏むね肉・かまぼこ・みつば／ キャベツ・きゅうり・赤しそ粉／ ハンバーグ・枝豆・とうもろこし	ごはん	2～5歳児：笹巻団子 0～1歳児：かぼちゃボーロ
8 水	キャベツのみそ汁 ささみのごま酢和え さんまのおかか煮	よいこ牛乳	キャベツ・生揚げ・えのきたけ／ きゅうり・もやし・にんじん・鶏ささみ肉・ごま・ごま油／ さんまのおかか煮	ごはん	胚芽スティック
9 木	ミネストローネ ポテトサラダ 白身魚フリッター	よいこ牛乳 卵なしマヨネーズ	豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ・セロリー・パセリ・マカロニ・トマト／ じゃがいも・ハム・きゅうり・にんじん／ 白身魚フリッター	くろロールパン	発酵乳65ml ベジタブルせんべい
10 金	わかめ汁 キャベツと豚肉のみそ炒め ごぼう入りつくね	よいこ牛乳	わかめ・ねぎ・生揚げ・にんじん・えのきたけ／ キャベツ・豚もも肉・たまねぎ／ ごぼう入りつくね	ごはん	パイナップル
11 土	型抜きチーズ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	
13 月	もちもち団子汁 キャベツのおかか和え なすみそメンチかつ	よいこ牛乳	ジャガボール・レタス・たまねぎ・にんじん・ねぎ・鶏もも肉・干ししいたけ／ キャベツ・にんじん・油揚げ・かつおぶし／ なすみそメンチかつ	ごはん	カルテツスティック
14 火	ジャージャー飯 バンサンスー えびしゅうまい	よいこ牛乳	豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・ねぎ・干ししいたけ／ はるさめ・焼き豚・きゅうり・にんじん／ えびしゅうまい	ごはん （各園炊飯）	豆乳どーなっつ
15 水	沢煮椀 切干大根の煮物 鶏肉の風味焼き	よいこ牛乳	大根・くきわかめ・豚もも肉・にんじん・豆腐・ねぎ／ 切干大根・油揚げ・いんげん・にんじん・ちくわ／ 鶏もも肉・ねぎ・干ししいたけ・しょうが・レモン果汁	ごはん	かみかみおやつ 3～5歳児：きらず揚げ天然塩 0～2歳児：野菜ウエハース
16 木	ペンネのトマト煮 ツナサラダ すいか	よいこ牛乳 一口チーズ	ペンネ・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・グリンピース・トマト／ キャベツ・きゅうり・まぐろ油漬け・とうもろこし／ すいか	ロールパン	野菜ぼうろ
17 金	カレーライスダ 福神漬サラダ ゼリー和え	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚もも肉・スキムミルク・バター・トマト・パナナ・りんご・粉チーズ／ 福神漬・きゅうり・キャベツ／ トマトゼリー・みかん・黄桃・パイン	ごはん	なかよしせんべい
18 土	ソーセージ オレンジ	白桃豆乳		ツナパン	
20 月	肉団子の五目煮 じゃこサラダ だし巻き玉子	よいこ牛乳	鶏肉団子・たまねぎ・もやし・にんじん・干ししいたけ・ねぎ・しょうが／ しらす干し・たまねぎ・きゅうり・にんじん／ だし巻き玉子	ごはん	ブルーベリータルト
21 火	あなごごはん 豆腐のすまし汁 ひじきの炒め煮	よいこ牛乳 ミニゼリー（ぶどう）	あなご／ 豆腐・えのきたけ・ほうれん草・干ししいたけ・かまぼこ／ ひじき・豚もも肉・にんじん・油揚げ・枝豆	ごはん	ねじりん棒
22 水	あさりの炊き込みごはん ふだま汁 けんちんしのだのあんかけ	よいこ牛乳 型抜きチーズ	米・あさり・にんじん・ごぼう・干ししいたけ・枝豆・しょうが／ にんじん・みつば・えのきたけ・たまふ・干ししいたけ／ けんちんしのだ	あさりの炊き込み ごはん	野菜＆果物ジュース ミニミレービスケット
25 土	一口チーズ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	
27 月	なめこのみそ汁 切干大根のサラダ からあげ	よいこ牛乳	なめこ・豆腐・みつば／ 切干大根・わかめ・にんじん・きゅうり・とうもろこし／ 鶏もも肉	ごはん	豆乳プリン
28 火	はるさめスープ 焼肉丼 きゅうりの和えもの	よいこ牛乳	鶏もも肉・しょうが・はるさめ・たまねぎ・にんじん・ねぎ／ 豚肩ロース・たまねぎ・にんじん・ピーマン／ きゅうり・もやし・かまぼこ	ごはん （各園炊飯）	カリポテミニ
29 水	かぼちゃのみそ汁 五目炒め さけのあんかけ	よいこ牛乳	かぼちゃ・たまねぎ・みつば・油揚げ／ 鶏もも肉・たまねぎ・キャベツ・にんじん・ねぎ／ さけ・ねぎ・にんじん・しょうが	ごはん	蒸しパン
30 木	コンソメスープ キャロットサラダ なすとトマトのグラタン	よいこ牛乳	鶏もも肉・たまねぎ・キャベツ・じゃがいも・マッシュルーム・にんじん・パセリ／ にんじん・とうもろこし・いんげん／ なすとトマトのグラタン	ミルクロールパン	ミニ野菜スティック
31 金	冬瓜汁 大根葉和え 魚すりみフライ	よいこ牛乳	冬瓜・にんじん・ほうれん草・干ししいたけ・鶏むね肉／ もやし・キャベツ・きゅうり・大根葉ふりかけ／ 魚すりみフライ	ごはん	ピーチヨーグルト

夏バテしない食生活のポイント

①水分補給をこまめに

子どもは、大人よりも多くの水分を必要とします。麦茶や白湯（さゆ）など糖分のないものを、こまめに摂取しましょう。外出時には水筒を持参することを忘れずに。

×冷たい飲み物で体を冷やしすぎない
×冷たくて甘いおやつのとりすぎに注意
×清涼飲料水を水代わりにしない

②夏野菜とビタミンB_1を中心に

夏野菜には、ビタミンなどの栄養素や水分がたっぷり含まれています。体の熱をとり夏バテを回復させます。旬の野菜は栄養価が高く、経済的で、なんといってもおいしいです。
（トマト、きゅうり、なす、かぼちゃ、ピーマン、とうもろこし、冬瓜、すいかなど）

また、夏場はエネルギーの消耗も激しいので、ビタミンB_1を含む食材を意識して食べましょう。
（豚肉、レバー、うなぎ、納豆、にんにく、枝豆、豆腐、ごま、玄米・胚芽米など）

材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨になる食品……肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など

働く力や体温となる食品…パン・ごはん・うどん・いも・油など

体の調子をととのえる食品…野菜・果物など

食事は楽しく　バランスよく

アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。参考にしてください。

＊都合により食材を変更させていただく場合があります。

令和2年度給食センター事業進捗状況管理表

	事業名	課題	目標	実施項目	進捗状況・結果	年間スケジュール												備　考
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1	異物混入のリスクの低減	令和元年度給食センターが原因の異物混入（手袋の破片、バリ）が2件発生している。		1　調理指導・衛生管理研修の実施 年3回（全体）、毎月1回（衛生講習） ⑴　衛生管理事項の確認（講義と実地） 　ア　日々の体調管理と報告 　イ　調理着、マスクの着用方法 　ウ　トイレでの手順	4月7日（火）保育園調理員、配送職員衛生講習会実施。 　委託調理員衛生講習会は3月23日（月）実施済。													
				⑵　調理時順守事項の確認（口頭説明） 　ア　前学期の反省、変更点及び注意事項 　イ　野菜洗浄の手順 　ウ　機器の取扱手順 　エ　器具の洗浄手順と複数確認	実施 実施													
				⑶　ノロウイルス等注意事項確認（口頭説明） 　ア　体調不良時の行動 　イ　家族の体調不調時の取扱	実施													
			金属片の混入　0件	2　金属片の混入防止 ⑴　スライサー等の使用前後の確認をカゴごとにチェック表でチェックする。														
				⑵　バター等の包み紙が混入しないよう複数名で作業し、剥がした包み紙に破れがないかも確認する。														
			髪の毛の混入　0件	3　髪の毛の混入防止 　調理員が相互に服装確認する。調理工程ごとに実施する。 　毎日実施する														
				⑴　栄養士により服装確認を概ね 1時間ごとにチェック表を用いて行う。 　a　調理着に髪の毛等付着有無 　b　頭髪の露出有無 　c　帽子顎紐のはずれ有無 　d　マスクのズレ有無 　e　手袋の破損有無		チェック表により確認 0件 a b c d e	a b c d e	チェック表により確認 0件 a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	a b c d e	

令和2年度給食センター事業進捗状況管理表

	事業名	課題	目標	実施項目	進捗状況・結果	年間スケジュール												備　考
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1	異物混入のリスクの低減	令和元年度給食センターが原因の異物混入（手袋の破片、バリ）が2件発生している。	容器のバリ、ビニールの混入　0件	4　容器のバリ、ビニールの混入防止														
				(1)　触手、目視による使用前後の器具確認（毎日）														
				(2)　週1回、ザル等調理器具のメンテナンスの実施														
				(3)　包丁使用時の手袋を次の通り取り扱う ①ワンサイズ小さい手袋を使用する。 ②使用後に水を入れて確認する。 ③お互いにチェックし合うことを徹底する。														
			衛生害虫の混入　0件	5　衛生害虫の混入防止														
				(1)　通常3回の洗浄だが、野菜などに害虫を発見した場合、4回以上洗浄する。														
				(2)　定期的に業者による衛生害虫防除等を実施する。														
				1　衛生害虫駆除施工 年3回	5月14日（木）実施													
				2　衛生害虫生息調査及び点検 1の実施日を除く毎月	6月16日（火）実施													
				3　外周害虫防除施工 年1回	5月14日（木）実施													
				4　ねずみ生息調査及び点検施工 毎月	6月16日（火）実施													

令和2年度給食センター事業進捗状況管理表

	事業名	課題	目標	実施項目	進捗状況・結果	年間スケジュール												備　考
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
2	アレルギー対応食の調理、配膳の安全確保	誤調理、誤配膳の防止	誤調理　0件 誤配膳　0件	1　調理の確認 (1)　食材の成分確認 献立確定時 (2)　調理工程の事前確認 工程表の確定時 (3)　調理時に2人で確認 毎回 2　配膳情報の作成 (1)　注文表の確認 毎月 (2)　個人確認表の作成 毎月 アレルギー担当栄養士による各小中学校訪問 年1回訪問する	継続アレルギー対応食面談13名実施。 新規アレルギー対応食面談実施。1名面談し対応食提供の予定。 月末までに、保護者、学校へコピーを配付できるようチェックを行った。 7月から実施予定													