



学校給食献立予定表

令和4年12月

廿日市市立廿日市学校給食センター

今月は冬の食材を使った体が温まる献立です。

日・曜	こんだてめい	廿日市内産 使用予定	おもなざいりょう			エネルギー (キロカロリー)	塩分 (グラム)
			黄(き) おもに熱や力のもとになる	赤(あか) おもに体をつくる	緑(みどり) おもに体の調子を整える		
1・木	コッペパン 牛乳 ポトフ ひじきのサラダ(1食用マヨネーズ)		パン じゃがいも さとう (マヨネーズ)	牛乳 ぶたにく ポークウィンナー ひじき まぐろのみずに	にんじん たまねぎ セロリ かぶ こまつな	587 735	3.3 4.3
2・金	ごはん 牛乳 とうふとえびのチリソースいため もやしナムル		ごはん さとう あぶら でんぶん しろごま ごまあぶら	牛乳 とうふ わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ しめじ にんにく しょうが とうがらし もやし にら	540 657	1.8 2.4
5・月	ごはん 牛乳 ぶたにくとやさいのみそいため キャベツのごまあえ		ごはん さとう でんぶん あぶら しろごま	牛乳 ぶたにく なまあげ あかみそ ちくわ しらすぼし	★にんじん たまねぎ はくさい さやいんげん しめじ しょうが たけのこ キャベツ ほうれんそう	592 727	1.6 2.2
6・火	こくとうパン 牛乳 あさりとベーコンのスパゲティ ごぼうのサラダ りんご		パン(くろざとう) スパゲティ あぶら べにばなあぶら さとう	牛乳 ベーコン あさり ロースハム	たまねぎ にんじん ねぎ まいたけ しめじ にんにく ごぼう だいこん りんご	628 808	3.8 5.0
7・水	おやこどんぶり 牛乳 こまつなとだいたずのおひたし		ごはん さとう	牛乳 とりにく たまご だいたず わかめ かつおぶし	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな もやし	591 727	2.2 2.9
8・木	フィッシュバーガー 牛乳 ワンタンスープ		パン でんぶん あぶら ワンタンのかわ ながいも	牛乳 たら ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん なましいたけ チンゲンサイ	615 760	3.6 4.6
9・金	ごはん 牛乳 とりにくのごまだれやき だいこんのゆずふうみ だんごじる		ごはん さとう あぶら しろごま さといも しらたまだんご	牛乳 とりにく とうふ あぶらあげ しろみそ みそ	だいこん ゆず たまねぎ にんじん ねぎ	638 790	1.5 1.9
12・月	ふゆやさいのこめこカレーライス 牛乳 コーンサラダ		ごはん じゃがいも はちみつ さとう こめこ あぶら べにばなあぶら	牛乳 ぶたにく まぐろのみずに しらすぼし	たまねぎ にんじん ごぼう だいこん れんこん セロリ にんにく しょうが さやいんげん コーン キャベツ すな	595 734	2.0 2.6
13・火	ごはん 牛乳 はっすん(広島県西部) もやしとあぶらあげのあえもの みかん		ごはん さといも さとう	牛乳 とりにく あぶらあげ	にんじん ごぼう こんにゃく だいこん ほししいたけ もやし こまつな みかん	586 720	1.3 1.8
14・水	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ キャベツのこんぶあえ びしゅなべ(東広島市)		ごはん こむぎこ でんぶん あぶら	牛乳 とりにく ぶたにく ちくわ おたのり こんぶ	はくさい たまねぎ もやし キャベツ しらすたき しめじ にんじん しろねぎ しゅんぎく	606 735	1.7 1.7
15・木	ツイストパン 牛乳 ローストチキン そえやさい やさいスープ おたのしみデザート		パン(さとう パター) あぶら じゃがいも みずあめ さとう こめこ	牛乳 とりにく ベーコン とうにゅう	にんにく キャベツ にんじん たまねぎ チンゲンサイ	685 835	2.9 3.9
16・金	ごはん 牛乳 じゃがいもとしろいんげんまめのそぼろに だいこんとわかめのすのもの		ごはん じゃがいも さとう	牛乳 ぎゅうにく しろいんげんまめ なまあげ わかめ しらすぼし	たまねぎ にんじん さやいんげん しらすたき だいこん ほうれんそう	579 709	1.5 2.0
19・月	むぎたつぷりごはん 牛乳 いかりカレーあげ とんじる		ごはん(むぎ) でんぶん あぶら さつまいも	牛乳 いか かえりいりこ ぶたにく なまあげ みそ	にんじん ごぼう こんにゃく たまねぎ ねぎ	659 814	2.0 2.5
20・火	ミニパン 牛乳 きつねうどん こまつなとかまぼこのあえもの		パン うどん さとう ごまあぶら	牛乳 とりにく あぶらあげ かまぼこ もずく	(パン) たまねぎ えのきたけ しめじ ねぎ にんじん こまつな もやし	568 744	2.9 4.0
21・水	ごはん 牛乳 ほっけのしおやき はくさいのおひたし くきわかめのきんぴら		ごはん あぶら さとう しろごま ごまあぶら	牛乳 ほっけ なまあげ くきわかめ	はくさい もやし ごぼう こんにゃく にんじん	575 713	1.2 1.4
22・木	コッペパン 牛乳 かぼちゃのクリームに ふゆやさいのサラダ		パン じゃがいも バター こむぎこ べにばなあぶら さとう	牛乳 とりにく こなチーズ しろいんげんまめのペースト ロースハム しらすぼし	にんじん たまねぎ かぼちゃ しめじ さやいんげん にんにく ブロッコリー だいこん ほうれんそう コーン	587 739	2.7 3.6

※()はパン・ごはんに入っている材料、[]は1食用小袋使用、___は冷凍食品および加工食品とその材料、~~~~は料理力の献立です。

※詳しい材料が載った「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は担任の先生までお申し出ください。

※エネルギーと塩分(減塩の取り組みから)を栄養表示として示しています。食生活の参考にしてください。

※都合により献立や食材材料を変更することがありますのでご了承ください。

※近年、食品の多様化により、アレルギーの原因となる食べ物も多くなっています。毎月の予定献立表をご確認頂き、食べたことのない食べ物が出てくる場合は、念のため一度食べさせておくなど、ご配慮ください。

★今年度より、卵除去食の提供を開始します。対象の日にマークを、献立名および除去する食品を太字で示しています。

平成28年3月に、大竹市・廿日市市の学校栄養職員部会でレシピ集『中学校までにつけてほしい「料理力」〜楽しく、おいしく、ホップ、ステップ、ジャンプ!〜』を作成しました。これは、小学生・中学生のみなさんに、ぜひ自分で作れるようになってほしい料理を一冊にまとめたものです。今年度は、毎月、このレシピ集の中から、昔から伝わる和食料理の「おひたし」ともう一品を給食に取り入れています。ぜひ、ご家庭でも作ってみてくださいね。今月は「ひじきのサラダ」です。

「ひじきのサラダ」

《材料は4人分()内は切り方》

ひじき	28g	油	小さじ2
にんじん(せん切り)	1/3本	ツナ(水煮缶)	60g
さとう	小さじ2	レモン汁	小さじ2
しょうゆ	大さじ4弱	小松菜(3cm長さ)	1束
みりん	小さじ2	マヨネーズ	大さじ3
		ごま	小さじ2強

《作り方》

- ひじきはさっと洗い、水につけて戻す。
- なべに油を熱して、にんじんをいため、ひじきをいため、さとう・しょうゆ・みりんを入れて煮る。
- ひじきが煮えたら、皿に広げるように入れて、冷ます。
- 小松菜はゆでて切り、水気をしぼる。
- ツナはほぐして、レモン汁をかける。(レモン汁がない場合は、なくてもよい)
- ごまを炒って、する。
- ③~⑤の材料をマヨネーズ、ごまであえる。

令和3年度 学校給食会計決算報告

廿日市市立廿日市学校給食センター

学校給食会計決算を次のとおり報告します。

◎給食1食当たり徴収額

・小学校 260円 ・中学校 315円

◎収支決算書

収入の部 (単位:円)

科目	調定額	納入済額	納入未済額
給食費	342,137,053	342,022,636	114,417
令和2年度繰越金	2,738,891	2,738,891	0
過年度滞納繰越分	196,411	196,411	0
消費税還付金	199,051	199,051	0
保存用等給食材料費	77,007	77,007	0
合計	345,348,413	345,233,996	114,417

支出の部 (単位:円)

科目	支出済額	支出未済額
給食材料費	342,608,357	0
消費税確定申告	0	0
合計	342,608,357	0

収入の部 345,233,996
- 支出の部 342,608,357
2,625,639

令和3年度は、給食費等納入済額345,233,996円に対し、支出済額342,608,357円で、翌年度への繰越額は2,625,639円となりました。給食費納入未済額114,417円は、過年度滞納繰越分となりました。

令和3年度 一般会計学校給食費について

(単位:円)

支出済額	234,905,781
------	-------------

給食にかかる経費のうち、材料費は保護者の負担ですが、光熱水費、修繕費その他は市費負担です。1食当たりの市費負担(人件費を除く)は、次のとおりとなっています。

234,905,781円(市支出額)÷1,249,640食(給食実施食数)≒187円97銭