柳津町学校給食センター

献立名	献立名　　ハニートースト　牛乳　パリパリサラダ　ミネストローネ

食品名	1人分	調理法及び留意事項
食パン1枚切	70	
マーガリン	10	まぜあわせてパンにぬって焼く。
グラニュー糖	3	
はちみつ	7.5	
牛乳	206	
ソフトチキン水煮	9	開封
キャベツ	0.35	2cm角に切ってボイル
きゅうり	15	輪に切ってボイル
ホールコーン	5	ボイル
こいくちしょうゆ	3	野菜をあえる
酢	1.5	
きび砂糖	0.5	
ごま油	0.8	
しゅうまいの皮	8	ななめに1/4にカット　　配食する時にのせるように別に配缶する。
揚げ油	0.8	
バター	1.5	
にんにく	0.15	みじん
ベーコン	5	1cm幅
たまねぎ	25	半スライス
にんじん	10	いちょう
じゃがいも	35	いちょう
セロリ	3	ななめうす
ダイストマト	20	
トマトケチャップ	5	
コンソメ	0.8	
塩	0.35	
水	100	
シェルマカロニ	7	ボイル

栄養価					
エネルギー	642	Kカロリー	ビタミンA	286	μgRE
たんぱく質	20.4	g	ビタミンB1	0.61	mg
脂質	24	g	ビタミンB2	0.68	mg
カルシウム	299	mg	ビタミンC	39	mg
マグネシウム	72	mg	食物繊維	4.3	g
鉄	1.4	mg	食塩相当量	2.71	g
亜鉛	3.7	mg			

＜献立のポイント＞

パリパリサラダは、リクエスト第1位の人気メニューです。あげたしゅうまいの皮のパリパリが好きで、このサラダは残りません。
人気メニューで、お誕生日お祝い献立にしました。