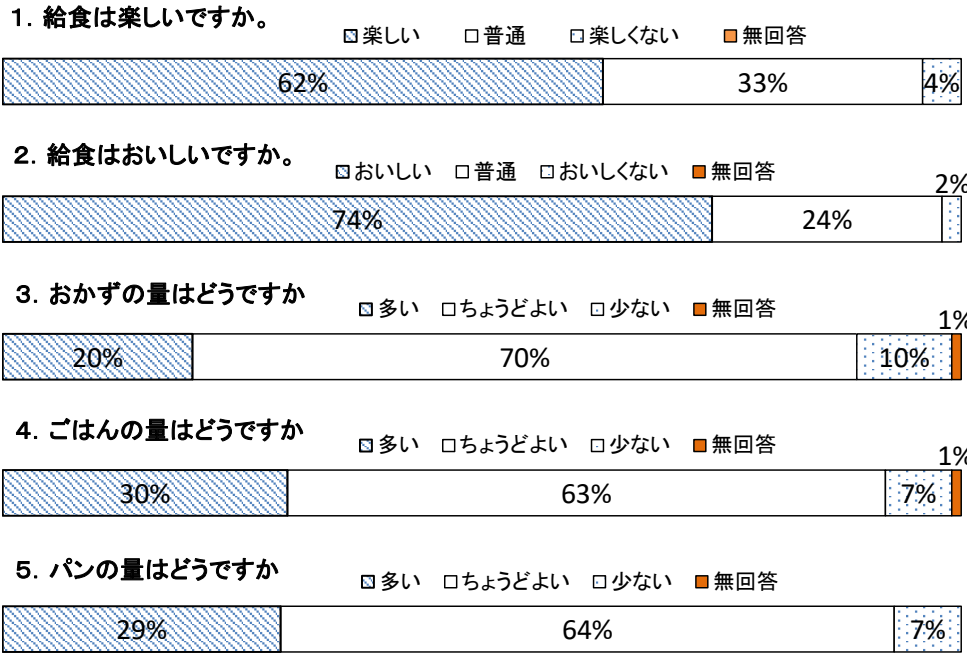


～第39回学校給食アンケート結果～
 実施日 令和4年7月11日～15日、8月5日
 人数 小学校児童 2188名



令和4年10月こんだて表

阪南市教育委員会 阪南市学校給食会



順位	7.今までに給食で食べた中で好きなものは何ですか？	8.今までに給食で食べた中で、嫌いなものは何ですか？	9.給食で食べてみたいものは何ですか？
1	カレー	エビナス	すし
2	フルーツジュレ	トマト	アイス
3	海藻サラダ	海藻サラダ	ステーキ
4	ハンバーグ	サカナ	オムライス
5	ラーメン	ナス	いちご
6	ゼリー	パン	ピザ
7	スパゲティ	ゴーヤ	焼肉
8	唐揚げ	牛乳	ケーキ
9	パン	ご飯	スイカ
10	ポイルキャベツ	チーズ	ポテト



3日 月

きゅうにゅう
ごはん
ちゅうかスープ
ほろさめのごもくいため
じゃこのいりに

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
ごはん	80	
中華スープ		602
鶏肉	20	
玉ねぎ	20	
白菜	15	
チンゲン菜	10	
人参	10	
もやし	10	たんぱく質
淡口しょうゆ	6	
鶏ガラスープ	2	
ごま油	0.5	
でん粉	1.5	
春雨の五目炒め		24.1
豚肉	20	
春雨	12	
ニラ	8	
人参	4	
たけのこ	4	
青ねぎ	1.5	
しょうが	1.5	脂質
濃口しょうゆ	3.5	
砂糖	1.2	
酒	0.8	
菜種油	1	
じゃこの炒り煮		14.9
ちりめんじゃこ	7	
濃口しょうゆ	1.8	
砂糖	1.3	
酒	1	
みりん	0.3	
サラダ油	0.6	

4日 火 いわしの日

きゅうにゅう
パン
ミネストローネ
いわしフライ
かいそうサラダ

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
パン	55	
ミネストローネ		626
ソーセージ	20	
キャベツ	20	
玉ねぎ	30	
じゃがいも	10	
人参	10	
パセリ	0.5	たんぱく質
トマト水煮	15	
トマトケチャップ	5	
白ワイン	0.5	
コンソメの素	1.1	
鶏ガラスープ	2	
塩	0.3	25.1
こしょう	0.01	
いわしフライ	1コ	
いわしフライ	50	
菜種油	3	
海藻サラダ		脂質
海藻ミックス	0.7	
キャベツ	20	
人参	5	
和風ドレッシング	5	
		26.3

5日 水

きゅうにゅう
ごはん
こおり豆腐のふくめに
きゅうごとごぼうのなんぼんに
パイナップル(缶)

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
ごはん	80	
凍り豆腐	12	670
しいたけ	5	
里芋(冷)	20	
焼きかまぼこ	15	
人参	5	
さやいんげん	3	たんぱく質
削り節	2	
淡口しょうゆ	7	
上白糖	4.5	
みりん	0.5	
牛肉とごぼうの南蛮煮		29.5
牛肉	30	
ごぼう	30	
濃口しょうゆ	3	
砂糖	2	
酒	1	
みりん	0.5	
一味唐辛子	0.01	脂質
削り節	1	
菜種油	1	
パイナップル(缶)	1コ	
パイナップル	28	18.3

6日 木

きゅうにゅう
パン
コーンポタージュ
フランクフルト
ポイルキャベツ

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
パン	55	
コーンポタージュ		647
クリームコーン	30	
玉ねぎ	20	
人参	10	
さつまいも	10	
パセリ	0.5	
牛乳	25	たんぱく質
生クリーム	3	
粉チーズ	3	
ポタージュの素	8	
塩	0.1	
こしょう	0.02	23.2
コンソメの素	1	
フランクフルト	1コ	
フランクフルト	40	
菜種油	0.5	
ポイルキャベツ		脂質
キャベツ	35	
ウスターソース	2	
		28.9

7日 金 お祭り献立

きゅうにゅう
きのこのごはん(げんりょう)
すまし汁
あなこのてんぷら
こまつなのびたし

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
きのこのごはんの素	20	
ごはん	70	
すまし汁		591
焼きかまぼこ	10	
冷凍豆腐	20	
人参	10	
大根	10	
えのきたけ	5	
青ねぎ	5	たんぱく質
淡口しょうゆ	5	
削り節	3	
あなこの天ぷら	1コ	
アナゴ	30	24.5
小麦粉	10	
酒	1	
塩	0.1	
菜種油	4	
小松菜の煮びたし		脂質
小松菜	30	
油あげ	3	
砂糖	0.6	
濃口しょうゆ	1.3	
削り節	1	
		17.6

スポーツの日

☆14日(金)サワラと
21日(金)サケは
農林水産省の補助
金を活用しています。

☆新型コロナウイルス
感染症対応地方創生
臨時交付金を活用し
た食材を提供します。

7日(金) アナゴ
28日(金) 泉タコ

11日 火

きゅうにゅう
げんりょうパン
きのこのスパゲティ
フルーツジュレ

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
パン	45	
きのこのスパゲティ		632
スパゲティ	33	
ベーコン	20	
玉ねぎ	20	
マッシュルーム	10	
しめじ	5	
エリンギ	5	たんぱく質
ピーマン	5	
トマト水煮	67	
にんにく	1	
オリーブ油	3	
サラダ油	1	
塩	0.4	21.9
砂糖	0.5	
こしょう	0.01	
フルーツジュレ		脂質
あわせるゼリー	50	
(缶)黄桃	15	
(缶)みかん	15	
(缶)パイナップル	10	
		19

12日 水 沖縄料理

きゅうにゅう
ごはん
さつま汁
ケーフィリチー NEW!
なすのあげびたし

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
ごはん	80	
さつま汁		638
さつまいも	30	
大根	10	
もやし	10	
人参	10	
突きこんにやく	10	
青ねぎ	5	たんぱく質
油あげ	5	
赤味噌	8	
白味噌	4	
削り節	3	
ケーフィリチー		22.8
豚肉	25	
切り干し大根	4	
糸こんにやく	4	
きざみ昆布	2	
濃口しょうゆ	3.6	
砂糖	1.2	脂質
酒	0.5	
ごま油	0.5	
菜種油	0.3	
なすの揚げ浸し		17.7
長なす	30	
菜種油	3	
濃口しょうゆ	0.6	
淡口しょうゆ	0.6	
砂糖	0.2	
みりん	1	
削り節	1	

13日 木

きゅうにゅう
パン
ポトフ
かしのわのてりに
ポイルキャベツ
マーシャルピーンズ

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
パン	55	
ポトフ		654
じゃがいも	40	
玉ねぎ	30	
キャベツ	20	
人参	15	
ソーセージ	15	
パセリ	0.3	たんぱく質
鶏ガラスープ	1	
コンソメの素	0.5	
塩	0.25	
濃口しょうゆ	0.2	
菜種油	0.1	
こしょう	0.02	30.3
かしのわの照り煮		脂質
鶏もも肉	60	
しょうが	1	
濃口しょうゆ	2	
砂糖	1.7	
みりん	1.8	脂質
酒	1.5	
でん粉	0.25	
ポイルキャベツ		26.8
キャベツ	35	
ウスターソース	2	
マーシャルピーンズ	1コ	
マーシャルピーンズ	10	

14日 金

きゅうにゅう
ごはん
かきたま汁
さわらのてりやき
きんぴらごぼう

食品名	分量(g)	エネルギー
牛乳	206	
ごはん	80	
かきたま汁		637
鶏卵	25	
玉ねぎ	10	
人参	10	
焼きかまぼこ	5	
青ねぎ	5	
淡口しょうゆ	5.3	たんぱく質
削り節	3	
でん粉	1	
鱈の照り焼き	1コ	
サワラ切身	50	
菜種油	0.5	
濃口しょうゆ	3.6	29.1
砂糖	1.9	
みりん	1.9	
きんぴらごぼう		脂質
ささがきごぼう	20	
人参	10	
突きこんにやく	10	
白ゴマ	0.5	
濃口しょうゆ	3	
砂糖	1.6	
酒	1	
菜種油	1	
		17.9

