

高槻市 学校給食体験料理教室

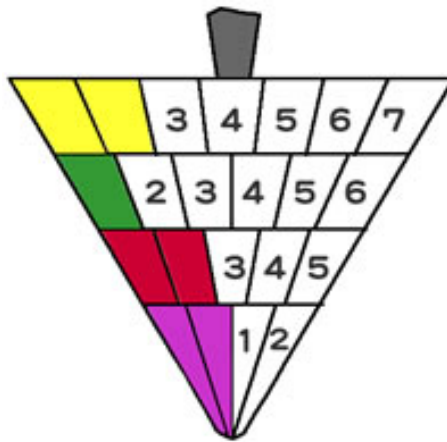
～平成19年11月20日（火）実施分～

<献立>
 麦ごはん
 ひじきのいため煮
 すまし汁
 さわらのつつたあげ
 牛乳

<1人分の献立の食事バランス> ※小学校高学年（・教職員）の分量の場合



料理実習はこちらの分量で実施。



単位：つ(SV)

料理名	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
麦ごはん	2				
ひじきのいため煮		1	1		
すまし汁		0			
さわらのつつたあげ			1		
牛乳				2	
計	2	1	2	2	0

エネルギー 727kcal/食塩相当量 2.7g

高槻市 学校給食体験料理教室

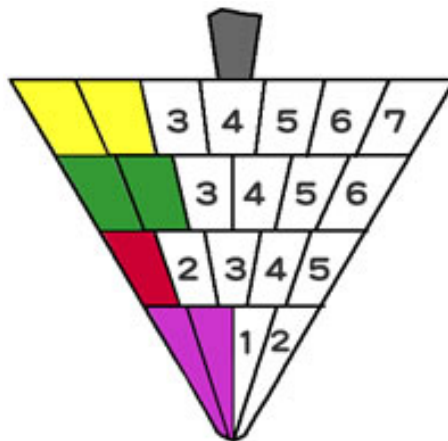
～平成19年11月27日（火）実施分～

<献立>
 パエリア
 スープ煮
 サラダ
 牛乳

<1人分の献立の食事バランス> ※小学校高学年（・教職員）の分量の場合



料理実習はこちらの分量で実施。



単位: つ (SV)

料理名	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
パエリア	2	0	1		
スープ煮		1	0		
サラダ		1	0		
牛乳				2	
計	2	2	1	2	0

エネルギー 636kcal/食塩相当量 4g

高槻市 学校給食体験料理教室

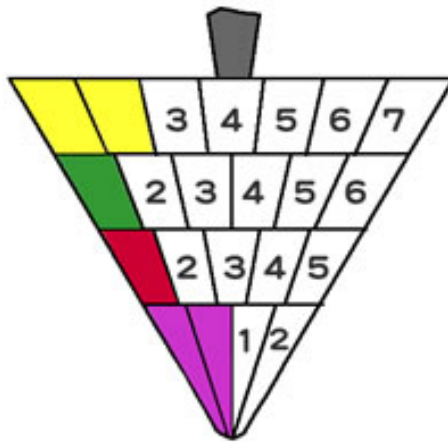
～平成19年11月29日（木）実施分～

<献立>
 麦ごはん
 さといもと豚肉のいため煮
 すまし汁
 昆布の佃煮
 牛乳

<1人分の献立の食事バランス> ※小学校高学年（・教職員）の分量の場合



料理実習はこちらの分量で実施。



単位: つ (SV)

料理名	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
麦ごはん	2				
さといもと豚肉のいため煮		1	1		
すまし汁		0			
昆布の佃煮		0			
牛乳				2	
計	2	1	1	2	0

エネルギー 630kcal/食塩相当量 3g