



8・9月の予定献立表 (牛乳は毎日つきます)



日	曜	献立名	使用する主な食品			エネルギー kcal	タンパク質 kcal	脂質 kcal
			赤の食品	黄色の食品	緑の食品			
			血や肉、骨になる食品	熱や力のもとになる食品	体の調子を整える食品			
24	火	8月24日 全校お弁当日						
25	水	ご飯 ★おさかなカレー ヨーグルト和え	鮭 チーズ ヨーグルト	ご飯 油 じゃがいも マーガリン	人参 玉葱 みかん パインアップル	802	25.7	20.6
26	木	黒角食パン はちみつ 冬瓜スープ 豚しゃぶサラダ	牛乳 卵 ベーコン 豚肉	パン はちみつ ごま	冬瓜 玉葱 人参 えのき もやし キャベツ 胡瓜	749	24.2	21.1
27	金	ご飯 沢煮椀 鯖の味噌煮 梅びしお	牛乳 豚肉 豆腐 鯖	ご飯	人参 大根 椎茸 えのき	774	25.0	38.8
30	月	丸パン マカロニスープ 照り焼きハンバーグ スライスチーズ	牛乳 ベーコン 豚肉 チーズ	パン マカロニ じゃがいも	キャベツ 人参 玉葱 えのき	860	28.5	22.0
31	火	ご飯 春雨スープ 回鍋肉 冷凍パン	牛乳 豚肉	ご飯 春雨 油 片栗粉 三温糖	ほうれん草 人参 もやし 長葱 椎茸 キャベツ 玉葱	776	24.5	22.9
1	水	ご飯 さげばっば 鶏鍋汁 ★みそおでん	牛乳 鶏肉 豆腐 かまぼこ	ご飯 三温糖 ごま	大根 人参 ごぼう 長葱	796	29.5	20.9
2	木	ご飯 薩摩芋の味噌汁 (塩蔵食材の日) おとうふかまぼこ 五目きんぴら	牛乳 豆腐 油揚げ 豚肉	ご飯 薩摩芋 油 三温糖	人参 しめじ 長葱 ごぼう	772	24.3	20.3
3	金	豆乳食パン ママレードジャム ミネストローネ 和風ベンネ いちごシュー	牛乳 ベーコン 卵	パン じゃがいも 三温糖	玉葱 人参 セロリ じゃがいも トマト えのき しめじ	850	23.3	23.3
6	月	振替休業日						
7	火	全校お弁当日						
8	水	ご飯 チキンカレー ★塩蔵サラダ リンごゼリー	牛乳 鶏肉 かまぼこ	ご飯 油 チーズ	人参 玉葱 胡瓜 キャベツ レモン	865	28.5	20.4
9	木	給食なし(4時間授業)						
10	金	ご飯 中華スープ 冷凍餃子(1人3個) パック醤油	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 卵	ご飯 片栗粉 油	人参 長葱 ほうれん草	777	23.4	18.5
13	月	チーズパン ジュリアンスープ オムレツのデミグラスソースかけ	牛乳 卵 ベーコン	パン 三温糖 マーガリン	キャベツ えのき 人参	796	29.9	20.2
14	火	ご飯 葱と卵のスープ チャプチェ パンナコッタ	牛乳 卵 豚肉	ご飯 片栗粉 春雨 油	葱 人参 えのき しめじ キャベツ 玉葱 椎茸 にはら	772	24.2	20.3
15	水	ツイストパン シチュー 海藻サラダ	牛乳 鶏肉 チーズ 生クリーム かまぼこ	パン じゃがいも 三温糖 マーガリン	人参 玉葱 胡瓜 もやし	827	26.4	19.8
16	木	ご飯 青梗菜のスープ 枝豆しゅうまい(1人2個) パック醤油 梨	牛乳 豚肉	ご飯 春雨 ごま	梨 青梗菜 玉葱 人参	776	26.3	20.3
17	金	(行事食)お月見 ご飯 豚汁 カボチャクロック パックソース お月見ゼリー	牛乳 豚肉	ご飯 かぼちゃ さといも	大根 人参 ごぼう 長葱	828	26.7	24.2
20	月	敬老の日						
21	火	振替休業日						
22	水	全校お弁当日						
23	木	秋分の日						
24	金	ご飯 ごま塩 豆腐の味噌汁 さんまの甘露煮 ジョア	ジョア さんま 豆腐	ご飯 じゃがいも	人参 大根 長葱	777	28.4	19.9
27	月	ご飯 キャベツの味噌汁 三色そばろ	牛乳 豚肉 油揚げ	ご飯 油	にんじん ごぼう キャベツ しめじ 大根	751	30.1	24.5
28	火	中割ソフトパン ミートボールスープ ボイルウインナー シューアイス	牛乳 豆腐 豚肉	パン	白菜 人参 玉葱	780	26.1	27.7
29	水	ナン コンソメスープ チリコンカン 型抜きチーズ	牛乳 豚肉 チーズ	パン	人参 玉葱 キャベツ	790	37.4	36.0
30	木	ご飯 おくずかけ ★鯉の南蛮漬け ラフランスゼリー	牛乳 鶏肉 豆腐 かつお	ご飯 麺	長葱 人参 椎茸 玉葱 ピーマン	827	35.2	17.8