



8・9月 学校給食献立の予定食材表

食材等の都合により、献立の変更をすることがあります。

日 (曜日)	行事	献立名 ○主食 ☆主菜 (主なおかず) □副菜 } 其他のおかず □汁もの ♪果物やデザート	使用食品						ご家庭で補いたい食品 	
			からだを作る食べ物		からだの調子を整える食べ物		エネルギーになる食べ物			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
太字・アンダーラインは、今月使われる地元食材です [予定]										
8/25 (火)		マーボーなす丼 (○ごはん ☆マーボーなす) □ネパネパ春雨サラダ □モロヘイヤのスープ	ぶたにく みそ かまぼこ とうふ	きゅうにゅう めかぶ	ピーマン ねぎ にんじん あかピーマン オクラ モロヘイヤ	なす しょうが にんにく たまねぎ	きゅうり きくらげ	こめ むぎ かたくりこ はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング ごま	
26 (水)		○おろしスパゲッティ ☆元気野菜のチーズ焼き【NEW】 ♪フルーツナタデココ	ツナ ベーコン	きゅうにゅう ヨーグルト チーズ	にんじん こまつな トマト かぼちゃ パセリ アスパラガス	たまねぎ なめたけ だいこん	とうもろこし もも バイナップル みかん	スパゲッティ じゃがいも ゼリー ナタデココ	オリーブオイル マヨネーズ	
27 (木)		○パン ☆鶏肉のマヨボン焼き □サラダ焼きそば □ツナポテスープ	とりにく ちくわ ツナ	きゅうにゅう くきわかめ	あかピーマン こまつな にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ		パン ラーメン じゃがいも	あぶら アーモンド マヨネーズ	
28 (金)		○ごはん ☆厚揚げと野菜の中華炒め □わかめの中華サラダ □かぼちゃスープ	ぶたにく あつあげ やきぶた かつおぶし ソーセージ	きゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな チンゲンサイ トマト かぼちゃ あかピーマン	しょうが にんにく きくらげ はくさい	きゅうり たまねぎ	こめ むぎ サラダこんにゃく さとう はるさめ	ごまあぶら あぶら ドレッシング	
31 (月)		○ごはん ☆豚肉のしょうが焼き □塩昆布和え □なすのみそ汁	ぶたにく とうふ みそ	きゅうにゅう こんぶ	ほうれんそう こまつな にんじん きぬさや	キャベツ なす たまねぎ しいたけ	しょうが	こめ むぎ さとう	あぶら	
9/1 (火)		○ごはん ☆鶏肉のパーベキューソースかけ □ゴマネーズあえ □ビーンズスープ	とりにく かまぼこ ウインナー だいす ひよこまめ	きゅうにゅう	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく しょうが りんご	キャベツ	こめ むぎ さとう マロニー じゃがいも	ごま マヨネーズ	
2 (水)	2学期 がんばろう 献立♪	○ピリッとみそラーメン ☆煮たまご □こんにゃくサラダ ♪大田のうまい! マスカット	ぶたにく みそ たまご かまぼこ	きゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ にら	しょうが たまねぎ はくさい もやし	きゅうり マスカット	ちゅうかめん こんにゃく さとう	ごまあぶら あぶら	
3 (木)		○パン (小6のみ揚げきな粉パン) ☆白身魚のフライ □野菜ごまドレサラダ □スッキニーとフォアのスープ♪ヨーグルト	ホキ ソーセージ (きなこ)	きゅうにゅう こなチーズ ヨーグルト	ブロッコリー あかピーマン にんじん チンゲンサイ	きゅうり スッキニー		パン フォー こむぎこ パンこ こめこ かたくりこ	あぶら	
4 (金)		牛肉と野菜のワクワク丼 (○ごはん☆ワクワク丼の具) □オクラ納豆あえ □みそ汁	ぎゅうにく なつとう かつおぶし とうふ みそ	きゅうにゅう ちりめんじゃこ	ピーマン こまつな あかピーマン きいろピーマン オクラ にんじん	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ	だいこん しいたけ	こめ むぎ さとう ふ		
7 (月)		○ごはん ☆豚ジャガ変わりチャップ炒め【NEW】 □れんこんサラダ □コーン卵スープ	ぶたにく たまご	きゅうにゅう	ねぎ にんじん レタス にら	たまねぎ れんこん きゅうり しめじ	とうもろこし	こめ むぎ じゃがいも かたくりこ	マヨネーズ	
8 (火)		○ツナとにんじんのピラフ ☆鮭のマスタード焼き □くきわかめサラダ □ミートボールと野菜のスープ	ツナ さけ とりにく	きゅうにゅう くきわかめ	にんじん あかピーマン きぬさや	たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり		こめ むぎ マカロニ じゃがいも	マヨネーズ ドレッシング	
9 (水)		○カレーうどん ☆さばの塩焼き □おからで白和え ♪大田のうまい! 豊水梨	とりにく かまぼこ うすあげ おから さば みそ	きゅうにゅう ヨーグルト ひじき	さやいんげん ほうれんそう にんじん	たまねぎ しいたけ なし		うどん こめこ こんにゃく さとう	あぶら ごま	
10 (木)		○パン マーシャルビーンズ ☆大田の大豆deトリびあん □パンネのサラダ □アスパラのスープ	とりにく だいす かつおぶし ベーコン	きゅうにゅう チーズ	トマト アスパラガス ブロッコリー パセリ あかピーマン きいろピーマン	にんにく たまねぎ えだまめ えのきたけ	とうもろこし いんげんまめ	パン さとう きんときまめ かたくりこ パンネ じゃがいも	ドレッシング	
11 (金)	かめカメ献立	○ごはん ☆わかなのにんにく醤油揚げ □五目キンピラ □梅風味とろろすまし汁	わかたけ さつまあげ かまぼこ	きゅうにゅう くきわかめ とろろこんぶ	たかな にんじん ねぎ	にんにく れんこん たまねぎ しめじ	うめ	こめ むぎ こむぎこ かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら ごま	
14 (月)	食育の日献立	○ごはん ☆鶏肉と高野豆腐の揚げ煮 □切干大根サラダ □海そうたっぷりみそ汁	とりにく みそ こうやどうふ ハム うすあげ	きゅうにゅう もすく わかめ ちりめんじゃこ	あかピーマン こまつな にんじん ねぎ	きゅうり たまねぎ きりほしだいこん		こめ むぎ かたくりこ さとう	あぶら ドレッシング ごま	
15 (火)		○ごはん ☆あじの香味フライ □酢のもの □豚汁	あじ かまぼこ ぶたにく みそ	きゅうにゅう こんぶ	こまつな あかピーマン にんじん ねぎ	だいこん ごぼう もやし たまねぎ		こめ むぎ パンこ さとう	あぶら	
16 (水)		○クリームスパゲッティ ☆畑のハンバーグケチャップかけ □野菜とお豆のサラダ	ベーコン とうふ とりにく ぶたにく だいす ツナ	きゅうにゅう かんてん	アスパラガス にんじん あかピーマン	しめじ たまねぎ きゅうり いんげんまめ	とうもろこし えだまめ もやし	スパゲッティ こむぎこ パンこ さとう きんときまめ	あぶら	
17 (木)	がんばれ! 応援献立	○パン ☆鶏肉レモン味 □アスパラのアーモンドサラダ ♪フルーツポンチ	とりにく	きゅうにゅう	アスパラガス あかピーマン	きゅうり キャベツ もも バイナップル	みかん	パン さとう こめこ かたくりこ しらたまだんご カットゼリー	あぶら アーモンド	
18 (金)		○ごはん ☆さんまのみそだれ □ひじきの梅和え □なめこのすまし汁	さんま みそ とうふ	きゅうにゅう ひじき	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが キャベツ うめ なめこ	たまねぎ ごぼう	こめ むぎ こむぎこ かたくりこ さとう	あぶら ごま えごま	
23 (水)		キムタク丼 (○ごはん ☆キムタク丼の具) □中華あえ □あさりのスープ ♪クリームソーダゼリー	ぶたにく あさり とうふ	きゅうにゅう	ねぎ にんじん チンゲンサイ	はくさい だいこん きゅうり きくらげ	もやし たまねぎ	こめ むぎ こんにゃく さとう じゃがいも ゼリー	ごまあぶら	
24 (木)		○ごはん ☆鶏肉の梅ソース □ごぼうサラダ □じゃがもちスープ	とりにく ツナ	きゅうにゅう	ピーマン あかピーマン かぼちゃ きぬさや にんじん	うめ ごぼう えだまめ たまねぎ	とうもろこし	こめ むぎ かたくりこ さとう じゃがいも こむぎこ	あぶら マヨネーズ ごま	
25 (金)		○ごはん ☆おさかな酢豚風 □海そうサラダ □うすら卵のみそ汁	さば だいす うすあげ うすらたまご みそ	きゅうにゅう わかめ	あかピーマン ねぎ あかたまねぎ	たまねぎ れんこん きゅうり いんげんまめ	うめ だいこん しめじ えだまめ	こめ むぎ かたくりこ こむぎこ さとう きんときまめ	あぶら ごまあぶら	
28 (月)		○ごはん ☆沖いわしの塩麹揚げ □野菜とささみの和えもの □豆腐のみそ汁 ♪冷えひえパイン	にぎす とりにく とうふ みそ	きゅうにゅう くきわかめ	ほうれんそう にんじん ねぎ	キャベツ だいこん バイナップル		こめ むぎ こむぎこ こめこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	
29 (火)		チキンカレー (○麦ごはん □カレースープ) ☆甘えびのバリバリ揚げ □春雨の和えもの	とりにく あまえび かまぼこ	きゅうにゅう	かぼちゃ にんじん あかたまねぎ	にんにく しょうが たまねぎ なす	えだまめ りんご きゅうり もやし	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ はるさめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	
30 (水)		○しょうゆラーメン ☆ひとくちちくわの磯辺あげ □ほうれん草のナムル	ぶたにく ちくわ	きゅうにゅう あおのり くきわかめ	にんじん ねぎ ほうれんそう きいろピーマン	にんにく たまねぎ キャベツ エリンギ	もやし	ちゅうかめん こむぎこ さとう	ごまあぶら あぶら ごま	

★☆☆夏の疲れがでやすいときです。しっかり休み、しっかり食べて元気にすごしましょう☆☆★



8・9月の平均栄養価
 エネルギー 小学校 642kcal 中学校 793kcal 幼稚園 511kcal
 たんぱく質 小学校 26.7g 中学校 32.2g 幼稚園 21.5g
 ~牛乳は毎日つきます~



学校給食は、みなさんの給食費でまかなわれています。
 毎月の納付をお願いいたします。
 ※9/3 ヨーグルトはメーカーから学校へお直接届けします。

