

令和6年8月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて		体をつくるもとになる食品						体の調子を整える食品						エネルギーのもとになる食品						その他 調味料	おやつ
			1群		2群		3群		4群		5群		6群									
			たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品		無機質 牛乳・小魚 海藻		緑黄色野菜		ビタミン・無機質 その他の野菜 果物		遊水化物 穀類・いも類 砂糖		脂質 油脂									
1 (木)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	春巻	春巻										油									
	副菜	ひじきとじゃがいもの煮物	さつま揚げ	ひじき		にんじん		枝豆 しめじ		こんにゃく じゃがいも 砂糖		ごま 油		しょうゆ みりん								
		豆乳入りみそ汁	油揚げ 豆腐 豆乳 みそ			にんじん 小松菜		大根 長ねぎ						和風だし								
	他	牛乳		牛乳																		
2 (金)	主食	コッペパン										コッペパン										
	主菜	カマンベールチーズコロッケ	カマンベールチーズコロッケ									油										
	副菜	マカロニサラダ				にんじん		きゅうり たまねぎ		マカロニ				マヨネーズ 塩 こしょう								
		キャベツスープ	ベーコン					キャベツ たまねぎ マッシュルーム						コンソメ 塩 こしょう								
	他	牛乳		牛乳																		
5 (月)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	ホイコーロー	豚肉 みそ			にんじん ビーマン		キャベツ にんにく		砂糖		油		しょうゆ 中華だし テンメシジャン								
	副菜	ごまあえ				ほうれん草		もやし しめじ		砂糖		ごま		しょうゆ								
		わかめスープ			わかめ			長ねぎ 白菜				ごま油		中華だし しょうゆ								
	他	牛乳		牛乳																		
6 (火)	主食	トマトときのこのスパゲティー	豚肉	粉チーズ	トマト		たまねぎ マッシュルーム しめじ えのきだけ		スパゲティー		油		ウスターソース コンソメ 塩 こしょう									
	主菜	ブレンオムレツ	オムレツ																			
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	まぐろ			小松菜 にんじん		キャベツ たまねぎ にんにく				油		しょうゆ みりん 塩								
	他	牛乳		牛乳																		
7 (水)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	豚肉とたまねぎの炒め	豚肉			ビーマン		たまねぎ にんにく		砂糖		ごま 油		しょうゆ 酒								
	副菜	和風サラダ	焼ちくわ			にんじん		キャベツ もやし				ごま		マヨネーズ しょうゆ								
		みそけんちん汁	豆腐 みそ			にんじん		大根 長ねぎ ごぼう		さといも こんにゃく		油		和風だし								
	他	牛乳		牛乳																		
8 (木)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	鶏肉のからあげ	鶏肉					しょうが にんにく		でん粉		油		しょうゆ 酒								
	副菜	キャベツのおかかあえ	かつお節					キャベツ						しょうゆ								
		にらたま汁	豆腐 卵 みそ			にら		たまねぎ		でん粉				和風だし								
	他	牛乳		牛乳																		
9 (金)	主食	ミルクパン										ミルクパン										
	主菜	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ																			
	副菜	コーンサラダ				にんじん		とうもろこし きゅうり キャベツ						マヨネーズ 塩 こしょう								
		夏野菜スープ	ウィンナー			赤パプリカ 黄パプリカ トマト		ズッキーニ なす				油		コンソメ 塩 こしょう								
13 (火)	主食	食パン										食パン										
	主菜	白菜のクリーム煮	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん		白菜 たまねぎ マッシュルーム					無塩バター 油		シチュールウ 塩 こしょう								
	副菜	フレンチサラダ				にんじん		キャベツ きゅうり とうもろこし				オリーブオイル		酢 砂糖 塩 こしょう								
		ポテト								ポテト		油										
	他	牛乳		牛乳																		
14 (水)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	さばの香味ソースがけ	さば切身でん粉付き					長ねぎ にんにく しょうが		砂糖		油 ごま油		しょうゆ 酢								
	副菜	きんぴらごぼう	さつま揚げ			にんじん さやいんげん		ごぼう		しらたき 砂糖		油		しょうゆ みりん								
		たまねぎとわかめのみそ汁	油揚げ みそ	わかめ				たまねぎ						和風だし								
	他	牛乳		牛乳																		
15 (木)	主食	ごはん										ごはん										
	主菜	キーマカレー	豚肉	粉チーズ	にんじん ビーマン		たまねぎ とうもろこし		じゃがいも		油		カレールウ トマトビュレ 塩 中濃ソース こしょう カレー粉									
	副菜	こまつなムル	かにかまぼこ			小松菜		もやし				ごま油 ごま		しょうゆ								
	他	チーズ		チーズ																		
		牛乳		牛乳																		
16 (金)	主食	クロワッサン										クロワッサン										
	主菜	ホークチャップ	豚肉					たまねぎ にんにく		砂糖		油		グチャップ 塩 こしょう								
	副菜	ツナサラダ	まぐろ			にんじん		キャベツ きゅうり		砂糖				塩 こしょう しょうゆ								
		コンソメスープ	ベーコン					レタス えのきだけ ズッキーニ たまねぎ						コンソメ こしょう								
	他	牛乳		牛乳																		

日 (曜)	こんだて		体の中での主なはたらき							その他 調味料	おやつ
			体をつくるもとになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品				
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・小魚 海藻	ビタミン・無機質 緑黄色野菜	その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 脂肪			
19 (月)	主食	ごはん					ごはん			磯風味ポテト	
	主菜	ハンバーグおろしソース	ハンバーグ		大根 えのきだけ	でん粉		しょうゆ みりん 和風だし			
	副菜	からしあえ	ハム	ほうれん草 にんじん	きゅうり			からし粉 しょうゆ			
		のっぺい汁	鶏肉 豆腐		しいたけ 長ねぎ 白菜	さといも こんにゃく でん粉		しょうゆ 塩 和風だし 酒			
	他	牛乳	牛乳								
20 (火)	主食	焼きそば	豚肉	青のり	にんじん	キャベツ もやし しいたけ	中華メン	油	焼きそばソース 中濃ソース 野菜フイヨン 塩 こしょう	おかし	
	主菜	枝豆フリッター	枝豆フリッター					油			
	副菜	大根サラダ		しらす干し	大根 きゅうり レモン にんにく	砂糖	油	酢 塩 こしょう 一味唐辛子			
	他	みかんゼリー				みかんゼリー					
	他	牛乳	牛乳								
21 (水)	主食	ごはん				ごはん				にんじん 黒しパン	
	主菜	揚げぎょうざ	ぎょうざ				油				
	副菜	さつま揚げと小松菜の炒めもの	さつま揚げ	にんじん 小松菜			ごま油	オイスターソース 酒 しょうゆ			
		中華スープ	かにかまぼこ	チンゲン菜	たまねぎ	春雨	ごま油	チキンガラスープ しょうゆ			
	他	牛乳	牛乳								
22 (木)	主食	ごはん				ごはん				もちもち チーズパン	
	主菜	三色そぼろ	鶏肉 卵	小松菜	しょうが	砂糖	油	酒 みりん しょうゆ			
	副菜	もやしサラダ	ハム	にんじん	もやし きゅうり	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢			
		きのこみそ汁	みそ		まいたけ しめじ しいたけ 長ねぎ			和風だし			
	他	牛乳	牛乳								
23 (金)	主食	コッペパン				コッペパン				たいやき	
	主菜	かぼちゃシチュー	鶏肉	牛乳 生クリーム	パセリ	たまねぎ	じゃがいも	無塩バター	シチュールウ 塩 こしょう		
	副菜	大豆のツナマヨサラダ	まぐろ 大豆	にんじん	きゅうり 大根			マヨネーズ 塩 こしょう			
	他	牛乳	牛乳								
26 (月)	主食	ごはん				ごはん				さつまいもパイ	
	主菜	いかカツ	いかカツ				油				
	副菜	ほうれんそうのソテー		ほうれん草	とうもろこし		無塩バター	塩 コンソメ こしょう			
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ	にんじん	大根 長ねぎ ごぼう	じゃがいも	油	和風だし			
	他	牛乳	牛乳								
27 (火)	主食	ミルクパン				ミルクパン				おかし	
	主菜	夏野菜と豚肉のトマト煮	豚肉	にんじん ビーマン トマト	たまねぎ オクラ なす にんにく	砂糖	油	ケチャップ 野菜フイヨン しょうゆ 塩 こしょう			
	副菜	水菜サラダ	ハム	にんじん 水菜	キャベツ			マヨネーズ 塩 こしょう			
	他	シューアイス				シューアイス					
	他	牛乳	牛乳								
28 (水)	主食	ごはん				ごはん				あやめ団子	
	主菜	千草焼	卵 鶏肉	にんじん ほうれん草		砂糖	油 ごま	しょうゆ			
	副菜	鶏唐あえ		のり	にんじん	白菜 キャベツ もやし		しょうゆ			
		豆腐とねぎのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ		長ねぎ			和風だし			
	他	牛乳	牛乳								
29 (木)	主食	ごはん				ごはん				スクランブル エッグサンド	
	主菜	おさかなソーセージフライ	おさかなソーセージフライ				油				
	副菜	キャベツのみそ炒め	豚肉 みそ	にんじん ビーマン	キャベツ にんにく	こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ 中華だし 七味唐辛子			
		はんぺんのすまし汁	はんぺん	にんじん ほうれん草	長ねぎ ししいたけ			しょうゆ 酒 和風だし 塩			
	他	牛乳	牛乳								
30 (金)	主食	コッペパン				コッペパン				シークワサー タルト	
		チョコクリーム				チョコクリーム					
	主菜	タンドリーキチン	鶏肉	ヨーグルト	たまねぎ にんにく		オリーブオイル	カレー粉 しょうゆ 塩 こしょう パプリカ粉			
	副菜	ブロッコリーサラダ	まぐろ	ブロッコリー にんじん	キャベツ にんにく		油	酢 塩 こしょう			
		コーンポタージュ		牛乳	パセリ	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	油	シチュールウ 塩 こしょう			
	他	牛乳	牛乳								

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

☆海藻類（ひじき・わかめ・青のり等）小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。