

令和7年8月 学校給食予定献立表

日	こんだて	体の中での主なはたらき						その他調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		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 たんぱく質	2群 無糖質	3群 ビタミン	4群 無糖質	5群 炭水化物	6群 脂質		
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
1 (金)	主食	バターロール						バターロール	
	主菜	スパニッシュオムレツ	卵 ベーコン	牛乳 チーズ	ほうれん草	たまねぎ			塩
	副菜	こまつなサラダ	まぐろ		小松菜	きゅうり レモン	砂糖	油	しょうゆ からし粉 こしょう 酢
	他	コーンポタージュ		牛乳	パセリ	とうもろこし たまねぎ マッシュルーム			シチュールーワ 塩 こしょう
4 (月)	主食	ごはん						ごはん	
	主菜	三色そばろ	鶏肉 卵		小松菜	しょうが	砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん
	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
	他	かみなり汁	豆腐		にんじん	大根 ごぼう	こんにゃく	ごま油	和風だし しょうゆ 塩
5 (火)	主食	焼きそば	豚肉		にんじん	キャベツ しいたけ	中華めん	油	焼きそばソース 中濃ソース 野菜ブイヨン こしょう 塩 青のり粉
	主菜	しゅうまい	しゅうまい						
	副菜	さつまいもとブロッコリーのごまマヨあえ			ブロッコリー		さつまいも 砂糖	マヨネーズ ごま	しょうゆ
	他			牛乳					
6 (水)	主食	ごはん						ごはん	
	主菜	いかのさらさ揚げ	いかさらさ揚げ					油	
	副菜	大根サラダ	まぐろ		にんじん	大根 きゅうり レモン にんにく	砂糖	油	酢 塩 こしょう
	他	チンゲン菜スープ	ハム		にんじん チンゲン菜	しめじ たまねぎ			野菜ブイヨン 塩 こしょう
7 (木)	主食	ごはん						ごはん	
	主菜	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん
	副菜	しめじと白菜のレモンあえ			ほうれん草	白菜 しめじ レモン			しょうゆ 酢
	他			牛乳					
8 (金)	主食	クロワッサン						クロワッサン	
	主菜	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉					でん粉	塩 こしょう しょうゆ マーマレード 酒
	副菜	カラフルマリネ			赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ きゅうり ズッキーニ		オリーブオイル	酒 酢 こしょう 塩
	他	チーズスープ	卵	粉チーズ	ほうれん草 にんじん	たまねぎ	じゃがいも		コンソメ こしょう
12 (月)	主食	ツナコーントースト	まぐろ				とうもろこし	食パン	マヨネーズ
	主菜	カレーサラダ	ハム		にんじん	もやし きゅうり	砂糖	油	カレー粉 塩 しょうゆ 酢 こしょう
	副菜	夏野菜の宝箱スープ	鶏肉		赤パプリカ 黄パプリカ トマト	なす スズッキーニ		油	コンソメ 塩 こしょう
	他			牛乳					
18 (日)	主食	ごはん						ごはん	
	主菜	豚肉のしょうがいため	豚肉		ピーマン	たまねぎ しょうが	砂糖		しょうゆ 酒 みりん
	副菜	もやしとにらのあえもの			にら にんじん	もやし	砂糖	ごま油	しょうゆ
	他	かきたま汁	卵		にんじん 小松菜	たまねぎ	でん粉		和風だし しょうゆ 塩
19 (日)	主食	トマトときのこのスパゲティー	ベーコン	粉チーズ	トマト	たまねぎ えのきたけ マッシュルーム しめじ			グチャップ ウスターソース コンソメ 塩 こしょう
	主菜	チキンナゲット	チキンナゲット						
	副菜	小松菜のツナマヨサラダ	まぐろ		にんじん 小松菜	きゅうり		油	酢 塩 こしょう
	他			牛乳					

茨城町学校給食共同調理場

日(期)	こんだて	体の中での主なはたらき						その他調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		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 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無塩類 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂		
20 (水)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	木の葉かまぼこの焼きたれかけ	木の葉かまぼこ			砂糖 でん粉		しょうゆ みりん	
	副菜	和風サラダ	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	
	副菜	穴子焼	鶏肉 みそ		大根 長ねぎ ごぼう	里芋 こんにゃく		和風だし	
	他	牛乳	牛乳						
21 (木)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	香巻き	香巻き				油		
	副菜	のり酢あえ	まぐろ	のり	ほうれん草			酢 しょうゆ	
	副菜	中華スープ	豚肉	チンゲン菜	白菜 長ねぎ えのきだけ		ごま油	チキンガラスープ 中華だし しょうゆ	
	他	牛乳	牛乳						
22 (金)	主食	食パン				食パン			
	主菜	チョコクリーム						チョコクリーム	
	主菜	カマンベールチーズクロック				カマンベールチーズクロック	油		
	副菜	フレンチサラダ	ハム	にんじん 小松菜	キャベツ きゅうり とうもろこし		オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
	副菜	かぶのコンソメスープ	ウィンナー	にんじん パセリ	キャベツ かぶ たまねぎ			コンソメ 塩 こしょう	
他	牛乳	牛乳							
25 (月)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	親子煮	鶏肉 卵	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん	
	副菜	磯香あえ		のり	小松菜 にんじん	もやし		しょうゆ	
	他	牛乳	牛乳						
26 (火)	主食	バターロール				バターロール			
	主菜	ジャーマンポテト	ウィンナー		パセリ にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油	コンソメ 塩 こしょう
	副菜	シーザーサラダ	ベーコン	粉チーズ	ブロッコリー 赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ きゅうり とうもろこし レモン にんにく		マヨネーズ オリーブオイル	酢 塩 黒こしょう
	副菜	白菜スープ		ほうれん草	白菜 マッシュルーム しめじ たまねぎ			コンソメ 塩 こしょう	
	他	牛乳	牛乳						
27 (水)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	メンチカツ	メンチカツ				油		
	副菜	こんぶあえ		塩こんぶ		キャベツ きゅうり	ごま	塩	
	副菜	豆腐と小松菜のみそ汁	豆腐 みそ		小松菜	大根 長ねぎ	じゃがいも	和風だし	
	他	牛乳	牛乳						
28 (水)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	キーマカレー	豚肉 ひよこ豆	粉チーズ	にんじん ビーマン トマト	たまねぎ	じゃがいも	油	中濃ソース 塩 こしょう カレー粉
	副菜	枝豆とコーンのサラダ			にんじん	キャベツ 枝豆 とうもろこし		油	酢 塩 こしょう
	他	牛乳	牛乳						
29 (金)	主食	クロワッサン				クロワッサン			
	主菜	豚肉のトマト煮	豚肉	粉チーズ 生クリーム	にんじん トマト	たまねぎ 枝豆	じゃがいも 砂糖	油	クチャップ 塩 シチューフ ウスターソース
	副菜	ツナサラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ	砂糖	油	しょうゆ 酢 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。