

令和8年8月 学校給食予定献立表

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 緑黄色野菜	無機質 その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 油脂		
3 (月)	主食	ごはん					ごはん			黒糖蒸しパン
	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 テンメンジャン	
	副菜	きゅうりと切干し大根の中華あえ				きゅうり もやし 切干し大根	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢 一味唐辛子	
		にらとキャベツのみそ汁	厚揚げ みそ		にら	たまねぎ えのきたけ キャベツ			和風だしの素	
	他	牛乳		牛乳						
4 (火)	主食	夏野菜のミートスパゲティ	豚肉	粉チーズ	にんじん 黄パプリカ トマト	たまねぎ なす ズッキーニ にんにく	スパゲティ 砂糖	オリーブオイル	酒 ケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう	おかし
	主菜	ブレンオムレツ	ブレンオムレツ							
	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 しょうが		油	しょうゆ みりん 塩	
	他	牛乳		牛乳						
5 (水)	主食	ごはん					ごはん			ミニアメリカン ドック
	主菜	春巻き	春巻き					油		
	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	
		沢魚焼	鶏肉 みそ			大根 長ねぎ ごぼう	さといも 糸こんにゃく		和風だしの素	
	他	牛乳		牛乳						
6 (木)	主食	わかめごはん		わかめごはんの素			ごはん			ゆで とうもろこし
	主菜	肉じゃが	豚肉		にんじん	しいたけ グリンピース たまねぎ	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん 塩 和風だしの素	
	副菜	こまつナムル	かに風味かまぼこ		小松菜	白菜		ごま油 ごま	しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳						
7 (金)	主食	食パン					食パン			プリン
		ブルーベリージャム					ブルーベリージャム			
	主菜	ハンバーグオニオンソース	ハンバーグ			たまねぎ にんにく		バター	酒 しょうゆ こしょう	
	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	
		コーンポタージュ	ベーコン	牛乳 生クリーム	パセリ	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム		バター 油	シチュールウ 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
10 (月)	主食	ごはん					ごはん			いももち
	主菜	豚肉のしょうが焼き	豚肉		ビーマン	たまねぎ しょうが		油	しょうゆ みりん 酒	
	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	
		かきたま汁	卵		小松菜 にんじん	たまねぎ	でん粉		しょうゆ 塩 和風だしの素	
	他	牛乳		牛乳						
12 (水)	主食	ごはん					ごはん			たまご ロールサンド
	主菜	さばのみそ煮	さばのみそ煮							
	副菜	きんぴらごぼう	さつまあげ		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	
		かまぼこのすまし汁	かまぼこ 豆腐		ほうれん草	えのきたけ			和風だしの素 しょうゆ 塩	
	他	牛乳		牛乳						
17 (月)	主食	ごはん					ごはん			コンフレックと ヨーグルトがけ
	主菜	ボークカレー	豚肉		にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース	じゃがいも	油	カレールウ 中濃ソース 塩 こしょう カレー粉 ケチャップ	
	副菜	玄米入りコーンサラダ			にんじん	とうもろこし 枝豆 きゅうり キャベツ	玄米	油	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
18 (火)	主食	トマトときのこのスパゲティ	ウインナー	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	スパゲティ	油	ケチャップ 中濃ソース コンソメ 塩 こしょう	おかし
	主菜	白身魚の香草フライ	白身魚の香草フライ					油		
	副菜	ツナサラダ	まぐろ		にんじん	白菜 もやし		ごま	マヨネーズ しょうゆ こしょう	
		レタススープ	ベーコン		にんじん	レタス たまねぎ			コンソメ 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。

茨城町学校給食共同調理場

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 緑黄色野菜	無機質 その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 脂肪 油脂		
19 (水)	主食	ごはん					ごはん			スコーン
	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	にんじん	キャベツ			しょうゆ		
		みそけんちん汁	豆腐 みそ	にんじん	大根 長ねぎ しめじ ごぼう	さといも こんにゃく	油	和風だしの素		
	他	牛乳		牛乳						
20 (木)	主食	ごはん				ごはん				ツナ焼きサンド
	主菜	高野豆腐のたまごとし	鶏肉 卵 高野豆腐	にんじん	たまねぎ ししいたけ グリーンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん		
	副菜	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり もやし			塩 ゆかり粉		
	他	牛乳		牛乳						
21 (金)	主食	バターロール				バターロール				青りんご風 ゼリー
	主菜	ケチャップ肉団子	ケチャップ肉団子							
	副菜	スイートポテトサラダ		にんじん	たまねぎ きゅうり	さつまいも		塩 マヨネーズ こしょう		
		コンソメスープ	ハム	小松菜 にんじん	キャベツ セロリー たまねぎ			コンソメ 塩 こしょう		
	他	牛乳		牛乳						
24 (月)	主食	ごはん				ごはん				たこ焼き
	主菜	バリバリ春巻き弁当の具	豚肉	ピーマン にんじん	しいたけ にんにく	春雨 砂糖 春巻きの皮	ごま油 油	しょうゆ 塩 こしょう		
	副菜	わかめサラダ		わかめ	小松菜	もやし	ごま油 ごま	しょうゆ		
	副菜	中華スープ	かに風味かまぼこ	チンゲン菜	長ねぎ えのきだけ			鶏がらだし しょうゆ		
	他	牛乳		牛乳						
25 (火)	主食	ツナマヨトースト	まぐろ		とうもろこし	コッペパン		マヨネーズ		おかし
	主菜	ジャーマンポテト	ベーコン	にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも	油	コンソメ 塩 こしょう		
	副菜	夏野菜の宝箱スープ	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		
	他	牛乳		牛乳						
26 (水)	主食	ごはん				ごはん				菜飯ごはん
	主菜	いかカツ	いかカツ				油			
	副菜	ほうれん草のごまあえ		ほうれん草 にんじん	白菜	砂糖	ごま	しょうゆ		
		豆腐入りみそ汁	油揚げ 調整豆乳 みそ	にんじん 小松菜	大根 長ねぎ			和風だしの素		
	他	牛乳		牛乳						
27 (木)	主食	ごはん				ごはん				四角い メロンパン
	主菜	厚揚げとじゃがいものケチャップがらめ	厚揚げ		ピーマン	でん粉 じゃがいも 砂糖	油 ごま	ケチャップ しょうゆ 酒 みりん		
	副菜	しょうがあえ		にんじん	キャベツ きゅうり しょうが			しょうゆ		
		きのこ汁	油揚げ	水菜	えのきだけ なめこ しいたけ 長ねぎ		ごま油	しょうゆ 塩 和風だしの素		
	他	牛乳		牛乳						
28 (金)	主食	バターロール				バターロール				グレープゼリー
	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	ほうれん草のソテー		ほうれん草	たまねぎ とうもろこし		バター	塩 コンソメ こしょう		
		イタリアンスープ	ベーコン 卵	にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも パン粉		コンソメ 塩 こしょう		
	他	牛乳		牛乳						
31 (月)	主食	ごはん				ごはん				レモンバター ケーキ
	主菜	干草焼	卵 鶏肉	にんじん ほうれん草		砂糖	油 ごま	しょうゆ		
	副菜	昆布あえ		塩昆布	キャベツ きゅうり					
		かみなり汁	豆腐	にんじん	大根 ごぼう	こんにゃく	ごま油	和風だしの素 しょうゆ 塩		
	他	牛乳								