

2022年



## 8月 学校給食 予定献立表

日曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)	
22月	★牛乳 ピーズカレー (★ナン) (ルウ) 青のりポテト 海藻サラダ (★ドレッシング)	★牛乳 豚肉 大豆 大豆ミート のり 埋葬ミックス	玉葱 にんにく 生姜 トマト缶 ソテーオニオン もやし 大根 きゅうり コーン	★ナン サラダ油 小麦粉 じゃが芋 サラダ油	カレー粉 カレールウ ★ドレッシング	762	29.2	
23火	★牛乳 ご飯 いわしの梅煮 じゃが芋の香味和え だまこ汁	★牛乳 いわしの梅煮 のり 鶏肉	大根 人參 小松菜 しめじ	米 じゃが芋 ごま だまこもち	だし(鰹節・昆布)	755	29.8	
24水	★牛乳 ジュース(沖縄風炊き込みご飯) ゴーヤチャンプルー 沖縄もずくの酢の物 ★シークワーサーゼリー	★牛乳 豚肉 昆布 豆腐 卵 豚肉 もずく	人參 干し椎茸 小葱 もやし ゴーヤ きゅうり	米 麦 ごま油 ごま油 三温糖	★シークワーサーゼリー	817	32.4	
25木	★牛乳 冷やし中華 (中華麺) (具) (★たれ) 春巻き 冷凍みかん	★牛乳 わかめ 春巻き	もやし きゅうり ピーマン 冷凍みかん	中華麺 サラダ油 サラダ油	★たれ	720	19.2	
26金	★牛乳 ご飯 ピリ辛肉じゃが 磯香和え ★冷ややっこ(★しょうゆ)	★牛乳 豚肉 のり ★豆腐	玉葱 人參 にんにく 生姜 グリーンピース キャベツ もやし 小松菜 人參	じゃが芋 サラダ油 三温糖	トウバンジャン だし(鰹節・昆布)	751	27.7	
29月	★牛乳 ご飯 (手作りのりつくだ煮) 鮭フライ なめ茸和え 豆腐とわかめのみそ汁	★牛乳 のり 鮭フライ 鰹節 豆腐 油揚げ わかめ	キャベツ 小松菜 もやし えのき茸 長葱	米 三温糖 サラダ油 三温糖	中濃ソース 赤みそ 白みそ だし(鰹節・昆布)	710	28.1	
30火	★牛乳 チャプチェ丼 (麦ご飯) (具) 大学芋 フルーツ白玉	★牛乳 豚肉	生姜 にんにく 玉葱 もやし 人參 ピーマン たら 白菜キムチ	米 麦 春雨 ごま油 三温糖 ごま でん粉 さつま芋 サラダ油 三温糖 ごま 白玉団子 グラニュー糖 黒砂糖	オイスターソース	861	24.3	
31水	★牛乳 二色揚げパン (ブレーン) (黒ごまきな粉) 豆腐のスープ煮 ひじきのサラダ ★ヨーグルト	★牛乳 きな粉 鶏肉 豆腐 ひじき ★ヨーグルト	玉葱 人參 小松菜 えのき茸 キャベツ きゅうり コーン 人參 レモン果汁 ソテーオニオン	子どもパン サラダ油 グラニュー糖 子どもパン サラダ油 ごま 三温糖 サラダ油 てん粉 オリーブ油 三温糖	ガラボン(豚骨)	748	28.4	
回数	※ 「その他」に含まれる以下の食品については、記載を省略しています 食塩 しょう しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米						平均	
8	※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						766	27.4