

2023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)
21 月	★ミルクコーヒー	★ミルクコーヒー				708	33.0
	(★ピタパン)			★ピタパン			
	ピタサンド (チリコンカン)	金時豆 手亡豆 大豆 豚肉 A-肉 大豆ミート	枝豆 玉葱 人参 にんにく ハチ トマト 人参 トマト スト	オリーブ油 三温糖	トマトチャップ 中濃ソース パプリカ チリコンカン ガー粉		
	オムレツのホワイトソースかけ コールスローサラダ (★ドレッシング)	オムレツ 牛乳	マッシュルーム パセリ キャベツ きゅうり 人参 コーン	生クリーム 小麦粉 バター	★ドレッシング		
22 火	★牛乳	★牛乳				814	26.2
	(麦ご飯)			米 麦			
	中華丼 (具)	豚肉	生姜 白菜 玉葱 人参 たけのこ チンゲン菜 きくらげ	ごま油 でん粉	オイスターソース		
	かぼちゃと大豆の甘辛揚げ 杏仁豆腐	大豆	かぼちゃ みかん缶 バイン缶	揚げ油 三温糖 グラニュー糖	杏仁豆腐		
23 水	★牛乳	★牛乳				745	34.1
	ご飯			米 麦			
	親子煮	卵 鶏肉 竹輪	玉葱 さやいんげん 干し椎茸	白滝 サラダ油 三温糖 でん粉	だし(鰹節・昆布)		
	きびなごのサクサク揚げ かぶときゅうりのピリ辛和え	きびなごのサクサク揚げ	きゅうり かぶ にんにく	揚げ油 ごま油	トウバンジャン		
24 木	★牛乳	★牛乳				788	28.3
	(スパゲッティ)			スパゲッティ オリーブ油			
	夏野菜のミートソース (ソース)	豚肉 大豆ミート	玉葱 にんにく 人参 トマト なす 人参 トマト スト	なたね油 オリーブ油	パプリカ 中濃ソース トマトチャップ ガー粉		
	青のりポテト ごぼうサラダ ★日向夏ゼリー	のり	きゅうり ごぼう 人参 コーン	三温糖 ごま	辛子粉 マヨネーズ風味調味料 ★日向夏ゼリー		
25 金	★牛乳	★牛乳				731	28.4
	ご飯			米			
	ピリ辛肉じゃが	豚肉	玉葱 人参 にんにく 生姜 グリーンピース	じゃが芋 サラダ油 三温糖	トウバンジャン だし(鰹節・昆布)		
	わかめときゅうりの酢の物 ★冷ややっこ (★しょうゆ)	わかめ	きゅうり	三温糖			
28 月	★牛乳	★牛乳				722	26.2
	ご飯			米			
	厚揚げとキムチのピリ辛炒め	豚肉 厚揚げ	白菜キムチ 玉葱 白菜 人参 ピーマン 長葱 生姜 にんにく	ごま油 三温糖 でん粉			
	春雨のごまだれ和え 冷凍みかん		もやし きゅうり 人参 きくらげ 冷凍みかん	春雨	ドレッシング		
29 火	★牛乳	★牛乳				723	32.9
	★はちみつパン			★はちみつパン			
	さわらの香草パン粉焼き	さわら		小麦粉 香草パン粉 パン粉 なたね油			
	海藻サラダ かき玉スープ	海藻ミックス ベーコン 卵	もやし 大根 きゅうり コーン 玉葱 ほうれん草 人参 えのき茸	ごま油 三温糖 ごま サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)		
30 水	★牛乳	★牛乳				756	34.1
	(麦ご飯)			米 麦			
	ガバオライス (具)	豚肉 鶏肉 大豆ミート	にんにく 生姜 玉葱 干し椎茸 人参 ビーツ たけのこ 赤ピーマン	サラダ油 三温糖	赤みそ 加粉 パプリカ オスターソース トウバンジャン		
	(目玉焼き風オムレツ) フォー ★ヨーグルト	目玉焼き風オムレツ 鶏肉	生姜 もやし 小松菜 人参 長葱 赤ピーマン レモン果汁	米粉めん ごま油	ガラボン(豚骨)		
31 木	★牛乳	★牛乳				874	31.4
	ご飯			米			
	ヤンニョムチキン	鶏肉	にんにく	小麦粉 米粉 揚げ油 三温糖 ごま油 ごま	トマトクチャップ トウバンジャン		
	旨塩キャベツ わかめスープ	塩昆布 わかめ	キャベツ きゅうり 人参 にんにく もやし 長葱 小松菜 人参 えのき茸 コーン	ごま油 ごま油 ごま でん粉	ガラボン(豚骨)		
回数	※「その他」に含まれる次の食品は、記載を省略しています。					平均	
9	食塩 しょうゆ 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 ※ ★のマークがついているものは、個包装されています。					762	30.5