



8・9月献立表



日	曜	献立名	主な材料			学校給食摂取基準		
			主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	主にエネルギーになる	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
			あ か	み どり	き い ろ	650	26.0	18.0
8/30	水	ごはん ドライカレー もずくとたまごのスープ 冷凍みかん	牛乳 ふた肉 たまご もずく	にんじん たまねぎ みかん	ごはん 油 でんぷん	640	25.0	15.6
31	木	ミニチーズパン スパゲティナポリタン イタリアンサラダ ジョア	牛乳 ふた肉 ベーコン とり肉 チーズ ジョア	にんじん たまねぎ グリルベ ロッコリー マッシュルーム きゅうり 赤パプリカ キャベツ 黄パプリカ	パン 油 スパゲティ バター ドレッシング	626	25.9	20.9
9/1	金	もち麦ごはん マーボードウフ しゅうまい2こ チョレギサラダ	牛乳 とうふ ふた肉 みそ のり	にんじん ねぎ きゅうり キャベツ たまねぎ	ごはん もち麦 油 ごま さとう でんぷん ドレッシング しゅうまいの皮	662	27.3	19.8
4	月	ごはん いかのバターしょうゆ焼き 五目きんぴら じゃがいものみそ汁	牛乳 いか ふた肉 さつまあげ わかめ みそ	にんじん ごぼう たまねぎ	ごはん 油 じゃがいも さとう	602	25.4	12.6
5	火	バーガーパン ハムカツ(ソース) えだまめのマリネ ミネストローネ	牛乳 ハム ベーコン チーズ	トマト たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり しめじ	パン マカロニ バター パン粉 ドレッシング 油	648	23.8	23.3
6	水	手まさし(ごはん やき肉 ナムル 手まさし) わかめとたまごのスープ	牛乳 ふた肉 たまご わかめ	にら にんじん たまねぎ 大豆もやし	ごはん 油 ごま でんぷん ごま油	617	27.6	19.4
7	木	米粉パン ポークビーンズ ブロッコリーのマヨネーズいため レモンゼリーよせ	牛乳 ふた肉 大豆 ハム チーズ	トマト たまねぎ 加わり にんじん とうもろこし ブロッコリー みかん パイナップル	米粉パン 油 じゃがいも ドレッシング マヨネーズ さとう	709	30.7	25.2
8	金	ごはん 中華うま煮 肉と野菜のつつみむし コロコロきゅうり	牛乳 ふた肉 いか えび ひじき	にんじん たまねぎ チンゲンサイ しいたけ きゅうり	ごはん 油 ごま油 でんぷん ぎょうざの皮	618	24.9	17.1
11	月	セルフかきあげどん(ごはん 野菜かきあげ 天どのたれ) きゅうりとキャベツのあさづけ 豚汁	牛乳 ふた肉 とうふ みそ	にんじん キャベツ きゅうり だいこん ねぎ ごぼう	ごはん 油 じゃがいも	677	19.3	22.7
12	火	パンキンロールパン とり肉のトマトソースかけ フレンチサラダ ワンタンスープ	牛乳 とり肉 ふた肉 牛乳	小松菜 トマト にんじん たまねぎ かぼちゃ きゅうり とうもろこし	パン 油 ワンタンの皮 オリーブ油 ドレッシング	632	28.3	25.8
13	水	ごはん あじのスタミナやき ひじきのいり煮 かきたま汁	牛乳 あじ 油あげ たまご とうふ ふた肉 ひじき	ごまつな たまねぎ にんじん ねぎ	ごはん 油 さとう でんぷん	621	29.4	16.2
14	木	ミニココアコッペパン みそラーメン ぎょうざロール きゅうりとまよしのサラダ チーズ	牛乳 ふた肉 みそ チーズ	にんじん もやし ねぎ とうもろこし きゅうり	パン さとう ごま 中華めん ごま油 ぎょうざの皮	610	25.0	24.1
15	金	◆日本味めぐり～静岡県～◆ ごはん 黒はんぺんフライ(ソース) チンゲンサイとふた肉のいため物 おさく お茶プリン	牛乳 とり肉 牛乳 油あげ チーズ ふた肉 黒はんぺん	チンゲンサイ だいこん にんじん たまねぎ もやし	ごはん 油 パン粉 さといも さとう	748	26.7	22.7
19	火	はちみつコッペパン ポークブラウンシチュー 華風サラダ パインクレープ	牛乳 ふた肉 牛乳 生クリーム	にんじん たまねぎ グリルベーン キャベツ きゅうり もやし パイナップル	パン さとう 油 じゃがいも ごま油 はるさめ クレープの皮	629	20.4	22.1
20	水	ごはん 和風たまねぎソースハンバーグ ごまつなのごまあえ 大根のみそ汁	牛乳 ふた肉 とり肉 油あげ みそ わかめ	ごまつな たまねぎ にんじん だいこん もやし	ごはん ごま さとう	622	22.5	19.2
21	木	ミルクコッペパン いちごジャム&マガリ 白身魚のエスカベッチェ グリーンサラダ ミートボールスープ	牛乳 ホキ ふた肉 牛乳 とり肉	ブロッコリー たまねぎ にんじん とうもろこし 小松菜 キャベツ	パン でんぷん 油 さとう ドレッシング マガリ	692	29.4	23.4
22	金	ごはん じゃがいものそぼろ煮 キャベツの塩こんぶあえ とうふ(しょうゆ)	牛乳 ふた肉 とうふ 牛乳 こんぶ	にんじん たまねぎ グリルベーン キャベツ きゅうり	ごはん 油 じゃがいも さとう ごま油	622	23.1	12.6
25	月	ごはん 豚キムチいため 中華スープ カラフルポンチ	牛乳 ふた肉 とうふ とり肉 牛乳	にら にんじん チンゲンサイ 大豆もやし ねぎ はくさい もやし みかん パイナップル しいたけ	ごはん ごま油 さとう	662	26.0	18.9
26	火	バーガーパン コロッケ(ソース) キャベツとウィンナーのソテー パンキンポタージュ	牛乳 ウィンナー 牛乳 生クリーム	かぼちゃ たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	パン 油 パン粉 バター じゃがいも	664	21.3	25.5
27	水	もち麦ごはん チキンカレー 海そうサラダ 県産ヨーグルト	牛乳 とり肉 牛乳 ヨーグルト わかめ とさかのり	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	ごはん もち麦 油 じゃがいも ドレッシング ごま油	664	19.9	17.8
28	木	スライスバターコッペパン 小魚 フランクフルトのケチャップソース 和風ブロッコリーサラダ 野菜スープ	牛乳 ウィンナー 牛乳 ベーコン かつお	ブロッコリー とうもろこし にんじん きゅうり たまねぎ しめじ キャベツ	パン 油 じゃがいも ドレッシング ごま油	679	26.1	25.2
29	金	ごはん さばのみそ煮 ごまつなのいそ香あえ けんちん汁 お月見ゼリー	牛乳 さば みそ 牛乳 とり肉 とうふ のり	ごまつな だいこん にんじん ねぎ ごぼう もやし	ごはん さとう 油 さといも	605	23.1	14.6

※食材料購入の都合により、献立を一部変更する事があります。
※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でも、よくかんで食べることをご指導ください。また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている場合もあります。気をつけて食べましょう。

※7月の給食で使用した以下の食材の放射性物質検査を実施しましたが、いずれも検出されませんでした。
【トマト、キャベツ、きゅうり、冷凍アスパラガス、ねぎ、たまねぎ、冷凍小松菜、にんじん、なす、こんにゃく、冷凍とうふ、冷凍むき枝豆】

※保護者の皆様にご負担いただいている給食費は、すべて食材の購入にあてられています。未納とならないようご協力お願いいたします。

十五夜



◆日本味めぐり◆
9月15日(金)
しずおかけん
静岡県