



8・9月献立表

給食回数 22回

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	火	バーガーパン てりやきハンバーグ イタリアンサラダ コーンポタージュ アゼロラゼリー	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	牛乳 生クリーム	ブロッコリー パプリカ	きゅうり キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン さとう でんぷん	ドレッシング バター	675	28.7	21.5
8/31	水	もち麦ごはん ポークカレー 海そうサラダ 県産ヨーグルト	牛乳 ぶた肉	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり	ごはん もち麦 じゃがいも	油 ドレッシング	665	26.8	19.8
9/1	木	ココアコッペパン とり肉のトマトソースかけ ワタンスープ フルーツあんにんよせ	牛乳 とり肉 ぶた肉	牛乳	トマト こまつな にんじん	たまねぎ もやし みかん パイナップル	パン ワタンの皮	油 リーブ油	716	26.1	23.2
2	金	ごはん あじフライ(ソース) ひじきの五目豆 ほうれんそうとたまごのみそしる	牛乳 あじ 大豆 ぶた肉	牛乳 みそ ちくわ 油あげ たまご	ほうれんそう にんじん	たまねぎ	ごはん さとう パン粉	油	670	21.0	18.3
5	月	ごはん ぶたキムチいため ちゅうかさスープ 冷とうみかん	牛乳 ぶた肉 とうふ	牛乳 たまご とり肉	にら にんじん チンゲンサイ	もやし 大豆もやし はくさい みかん	ごはん でんぷん	ごま油 油	677	27.8	20.8
6	火	スライスコッペパン スラッピージョー ブロッコリーとコーンのサラダ やさしいスープ ベビーバイン	牛乳 ぶた肉 大豆 ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん	かぼちゃ しめじ とうもろこし たまねぎ キャベツ パイナップル	パン さとう バター	ドレッシング 油	642	29.3	19.8
7	水	ごはん ごもく肉じゃが キャベツのしおこんぶあえ とうふ(しょうゆ)	牛乳 ぶた肉 とうふ	牛乳 みそ こんぶ	にんじん	ごぼう えだまめ キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	油 ごま油	627	23.8	14.8
8	木	キャラットパン チーズオムレツ えだ豆のマリネ ほうれんそうとベーコンのスープ	牛乳 たまご ベーコン	牛乳 チーズ	ほうれんそう にんじん	えだまめ たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし	パン ドレッシング	油	627	24.2	23.5
9	金	わかめごはん さんまのかぼすレモンに こまつなのおひたし けんちんじる お月見ゼリー	牛乳 さんま とうふ	牛乳 とり肉 わかめ	こまつな にんじん	だいこん ごぼう もやし ねぎ	ごはん さといも	油	650	22.5	19.7
12	月	ごはん ぶた肉とあつあけのこうみいため わかめとたまごのスープ お米のバハロア	牛乳 ぶた肉 あつあけ たまご	牛乳 わかめ	ピーマン パプリカ にんじん	ねぎ キャベツ たまねぎ	ごはん さとう でんぷん	油 ごま	648	23.2	19.7
13	火	黒コッペパン スクランブルエッグ ミネストローネ サイダーゼリーよせ	牛乳 たまご ウインナー ベーコン	牛乳 粉チーズ	ほうれんそう にんじん トマト	とうもろこし キャベツ たまねぎ しめじ みかん パイナップル	パン さとう バター	油 マカロニ	692	23.5	22.1
14	水	もち麦ごはん マーボードウフ にらまんじゅう1こ ほうれんそうのナムル	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん	ねぎ もやし	ごはん もち麦 ぎょうざの皮 さとう でんぷん	ごま油 ごま	641	26.5	18.4
15	木	ミルクコッペパン メンチカツ(ソース) コーンサラダ はるさめスープ シークワーサーゼリー	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり とうもろこし	パン はるさめ	ドレッシング 油	680	25.4	21.4
16	金	ごはん さばのカレーやき 五目きんぴら キャベツのみそしる	牛乳 さば ぶた肉 さつまいも 油あげ	牛乳 みそ	にんじん	ごぼう えだまめ キャベツ たまねぎ	ごはん さとう	油	695	25.9	24.3
20	火	米粉パン しおラーメン 肉とやさいのつみむし1こ チョレギサラダ ぶどうゼリー	牛乳 ぶた肉	牛乳 のり	にんじん	もやし キャベツ ねぎ とうもろこし きゅうり たまねぎ	米粉パン 中華めん ぎょうざの皮	油 ドレッシング ごま	602	23.7	21.9
21	水	セルフいか天どん(いか天ぶら 天どんのたれ) やさいのあさづけ とんじる	牛乳 いか ぶた肉 とうふ	牛乳 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 じゃがいも	油	636	20.7	17.9
22	木	パンブキンロールパン ポテトのチーズに ミートボールスープ カラフルポンチ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ベーコン	牛乳 チーズ	パセリ にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ みかん かぼちゃ パイナップル	パン じゃがいも	バター	617	21.8	21.2
26	月	ごはん ひじきふりかけ ヤシオマスのたまりづけやき こまつなのごまあえ かきたまじる	牛乳 ヤシオマス たまご とうふ	牛乳 ひじき	こまつな にんじん ほうれんそう	もやし ねぎ	ごはん さとう でんぷん	ごま	614	27.7	18.8
27	火	バターロールパン ポークブラウンシチュー フレンチサラダ ジョア	牛乳 ぶた肉	牛乳 生クリーム ジョア	にんじん	たまねぎ グリビー きゅうり キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも	油 ドレッシング	687	24.9	23.5
28	水	◆日本味めぐり〜埼玉県〜 ごはん ゼリーフライ(ソース) ぶた肉とすいきのいためもの なしゼリー	牛乳 ぶた肉 油あげ	牛乳 大豆 みそ おから	にんじん	すいき たまねぎ だいこん しいたけ ねぎ	ごはん じゃがいも	油	710	22.4	19.5
29	木	はちみつコッペパン スパゲティナポリタン チキンナゲット2こ グリーンサラダ	牛乳 ぶた肉 ベーコン	牛乳 粉チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ マッシュルーム グリビー きゅうり とうもろこし	パン スパゲティ	油 バター ドレッシング	660	27.1	21.4
30	金	セルフビビンバ(ごはん ビビンバの具) もずくとたまごのスープ オレンジ	牛乳 ぶた肉 たまご	牛乳 もずく	にんじん ほうれんそう	大豆もやし たまねぎ オレンジ	ごはん でんぷん	油 ごま	621	24.5	18.6

※食材購入の都合により、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。【冷凍小松菜・冷凍豆腐・たまねぎ・なす・じゃがいも・もやし・にんじん・なす・キャベツ・きゅうり・冷凍むき枝豆・冷凍ほうれん草・豚肉】

夏休みあけも 1日を元気にスタートさせるには...

朝日を浴びよう
朝食を食べよう
トイレに行こう
行ってきまーす!



◎ 9月26日(月) 実施予定のヤシオマスのたまり漬焼きについて ◎
 「国産農林水産物等販路新規開拓緊急対策事業」を活用し、栃木県養殖漁業協同組合より、ヤシオマスの無償提供を受ける予定です。事業内容が確定ではないため、変更があった場合には、「いわしのかば焼き」を提供させていただきます。その場合、ひじきふりかけはつきませんので、ご承知おくだい。

※ 7月分の給食費口座振替日は8月8日です。未納とならないよう前日までに登録の口座へご入金をお願いします。