

日	献立名			主な食品			エネルギー	たんぱく質
	主食	牛乳	副食	血や肉を作る(赤)	力や体温になるもの(黄)	体の調子をよくなるもの(緑)		
8月24(月)	中華風炊き込みご飯		ジャンボしゅうまい(2個) 中華風コーンスープ	牛乳 焼き豚 豚肉 鶏肉 ひじき ほたて貝柱 卵 豆腐	米 もち米 ごま油 砂糖 でん粉 小麦粉	人参 たけのこ 干し椎茸 長ねぎ 玉ねぎ キャベツ しょうが とうもろこし ほうれん草	732	27.8
25(火)	麦ご飯		五目豆腐 ★ひじきのピリ辛サラダ 冷凍みかん	牛乳 豚肉 竹輪 豆腐 みそ まぐろ水煮フレーク ひじき	米 麦 油 砂糖 ごま油 ラー油	たけのこ 長ねぎ しょうが 人参 小松菜 もやし 玉ねぎ みかん	759	31.7
26(水)	スタミナ丼(麦ご飯)		浅漬け 体育祭 ★ヨーグルト	牛乳 豚肉 ヨーグルト	米 麦 油 はちみつ ごま油 でん粉 ごま	しょうが にんにく 長ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ もやし たけのこ にら 大根 きゅうり	732	32.1
27(木)	豚キムチ焼きそば		★南瓜とお芋とナッツの甘辛揚げ 冷やし白玉シロップ	牛乳 豚肉 はちみつ 梅シロップ	中華麺 油 砂糖 でん粉 さつま芋 アーモンド 白玉もち こんにゃくデザート	キムチ キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ にら 南瓜 黄桃缶詰	808	26.8
28(金)	麦ご飯		じゃが芋の肉味噌ソースかけ ★なめ茸和え	牛乳 豚肉 ひよこ豆 みそ	米 麦 じゃが芋 油 砂糖 でん粉	玉ねぎ 干し椎茸 人参 枝豆 小松菜 キャベツ もやし えのき茸	735	25.7
31(月)	夏野菜カレー(麦ご飯)		ゆで卵 ★海藻サラダ	牛乳 鶏肉 チーズ 卵 海藻ミックス	米 麦 油 オリーブ油 じゃが芋 バター 小麦粉 砂糖 ごま油 ごま	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが トマト なす ズッキーニ とうもろこし もやし きゅうり	823	30.2
9月1(火)	★そぼろ丼(麦ご飯)		豚汁 防災の日 ゆかり和え	牛乳 高野豆腐 みそ 鯖水煮 豚肉 豆腐	米 麦 砂糖 ごま油 油 こんにゃく じゃが芋	玉ねぎ 人参 しょうが 枝豆 長ねぎ 大根 小松菜 キャベツ きゅうり	727	28.8
2(水)	アメリカ料理 コッパン		スラッピージョー マッシュポテト チキンヌードルスープ	牛乳 豚肉 ひよこ豆 鶏肉	コッパン 油 パン粉 じゃが芋 バター マカロニ	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム 人参 トマト キャベツ セロリ パセリ	746	31.1
3(木)	★さんまご飯		干草焼き ★沢煮椀	牛乳 さんま 卵 鶏肉 豚肉 生揚げ	米 でん粉 油 砂糖	人参 しょうが しめじ ほうれん草 玉ねぎ とうもろこし ごぼう 大根 長ねぎ	827	31.9
4(金)	麦ご飯 ★鉄火味噌		肉じゃが ★和風サラダ	牛乳 大豆 みそ 豚肉 わかめ	米 麦 黒砂糖 油 じゃが芋 しらたき 砂糖	玉ねぎ 人参 いんげん キャベツ 小松菜	783	28.0
7(月)	ガーリックライス		メルルーサのレモン風味 豆とウインナーの洋風煮	牛乳 ちりめんじゃこ ベーコン メルルーサ チーズ 白いんげん豆 ウインナー	米 バター 油 でん粉 砂糖	玉ねぎ にんにく しめじ ピーマン レモン果汁 人参 枝豆	845	34.5
8(火)	麦ご飯		たらと豆腐のチリソース煮 春雨サラダ ぶどうゼリー	牛乳 たら 豆腐 うずら卵 わかめ	米 麦 でん粉 油 ごま油 砂糖 春雨 ぶどうゼリー	玉ねぎ 長ねぎ グリンピース しょうが にんにく マッシュルーム もやし きゅうり	812	31.8
9(水)	五目うどん(地粉うどん)		辛子和え ごまさつま蒸しパン	牛乳 鶏肉 わかめ 油揚げ なたと 卵	地粉うどん 砂糖 バター ホットケーキミックス粉 さつま芋 ごま 黒砂糖	人参 しめじ 長ねぎ キャベツ 小松菜 もやし	814	28.0
10(木)	卵丼(麦ご飯)		★大豆と小魚のから揚げ ピリ辛きゅうり	牛乳 鶏肉 卵 なたと 大豆 かえり煮干	米 麦 砂糖 でん粉 油 ごま油 ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース もやし きゅうり	846	38.1
11(金)	麦ご飯		生揚げとじゃが芋のカレー煮 ごま酢和え	牛乳 豚肉 生揚げ	米 麦 砂糖 じゃが芋 油 小麦粉 ごま	いんげん しょうが 玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ もやし	798	30.0
14(月)	セルフオムライス(チキンライス・卵焼き)		★ししゃもフライ(2本) ポテトサラダ	牛乳 鶏肉 卵 ししゃも	米 麦 バター 油 トマト 小麦粉 でん粉 じゃが芋 砂糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース とうもろこし きゅうり 赤ピーマン	859	28.7
15(火)	クッパ(麦ご飯)		★鯖の韓国風焼き ナムル 韓国料理	牛乳 豚肉 卵 鯖	米 麦 油 ごま油 砂糖 ごま	キムチ 人参 長ねぎ 玉ねぎ 干し椎茸 にんにく しょうが 小松菜 もやし	766	33.7
16(水)	麦ご飯		豆腐ときのこのそぼろ煮 ★ごま和え りんご	牛乳 鶏肉 豆腐	米 麦 油 砂糖 ごま油 でん粉 ごま	しょうが しめじ 玉ねぎ 人参 干し椎茸 たけのこ えのき茸 キャベツ 小松菜 もやし りんご	745	30.1
17(木)	アーモンドトースト		カポナータ イタリア料理 イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 いわし缶詰	食パン アーモンド バター 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 なす ズッキーニ トマト 赤ピーマン ピーマン バジル にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	747	30.1
18(金)	徳島県の郷土料理 かきまぜ寿司		鶏のから揚げ(2個) 鳴門汁	牛乳 金時豆 油揚げ しらす干し 錦糸卵 鶏肉 わかめ みそ	米 麦 砂糖 ごま 小麦粉 でん粉 油 じゃが芋	ゆず果汁 たけのこ 干し椎茸 人参 いんげん しょうが にんにく 玉ねぎ	767	31.3
23(水)	二色揚げパン(ココア・抹茶)		豆腐のスープ煮 アーモンドサラダ	牛乳 鶏肉 豆腐 ほたて貝柱	子供パン 砂糖 油 でん粉 アーモンド	抹茶 玉ねぎ チンゲン菜 人参 大根 キャベツ きゅうり	765	30.4
24(木)	秋の香りご飯		★きびなごごまフライ(3本) こしね汁 みかん	牛乳 油揚げ きびなご 豆腐 みそ	米 もち米 栗 さつま芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉 ごま こんにゃく	人参 しめじ 長ねぎ えのき茸 ごぼう 大根 椎茸 みかん	744	24.2
25(金)	ジャンバラヤ		チーズオムレツ 白いんげん豆のスープ	牛乳 えび ウインナー 卵 まぐろ水煮フレーク チーズ ベーコン 白いんげん豆	米 バター 油 じゃが芋	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく マッシュルーム トマト 小松菜	729	29.4
28(月)	麦ご飯		じゃが麻婆 ★磯香和え ★ヨーグルト	牛乳 豚肉 ひよこ豆 みそ 刻みのり ヨーグルト	米 麦 油 じゃが芋 ごま油 でん粉	にんにく しょうが 人参 長ねぎ 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 グリンピース 小松菜 もやし	783	27.3
29(火)	広東麺(ホット中華麺)		★しゃりしゃり大学 ★小松菜とわかめのサラダ	牛乳 豚肉 いか えび 大豆 わかめ	ホット中華麺 油 ごま油 でん粉 さつま芋 小麦粉 はちみつ 砂糖 ごま	きくらげ キャベツ 長ねぎ しょうが 人参 とうもろこし もやし 小松菜	774	29.1
30(水)	シーフードカレー(麦ご飯)		コーンサラダ 手作りプリン	牛乳 いか えび 鶏肉 チーズ 卵 生クリーム	米 麦 じゃが芋 油 バター 小麦粉 砂糖	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 トマト キャベツ とうもろこし きゅうり	866	30.6

★菌や菌肉により料理 噛みごたえのある料理・カルシウムを多く含む食材料を使った料理
※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

	1年	2年	3年
今月の給食回数	26	26	26
累計給食回数	62	62	62