

8・9月のこんだて

8月の給食目標

「旬の食べ物について知ろう」

9月の給食目標

「地産地消について知ろう」

月	火	水	木	金
しんがつき 新学期 スタート	25 ・ 始業式 ※給食はありません	26 ・米粉小コッペパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・あさりといえびのトマトスパゲティ (小麦・えび・牛肉・大豆) ・卵ロール (卵・乳・小麦・大豆) ・キャベツソテー (牛肉・大豆) ・さわやか牛乳プリン (乳)	27 ・ごはん ・四湖豆腐 (小麦・大豆・鶏肉・豚肉) ・イカリングフライ (1人2個) (卵・小麦・いか・大豆・ゼラチン)	28 ・ごはん ・ふんわり卵入りわかめと野菜のスープ (卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま) ・ピリッと豚肉のコチュジャン炒め (乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま) ・バナナ (バナナ) ・味付けのり (えび)※エキスです
		582kcal	689kcal	610kcal
31 ・ごはん ・野菜カレー (乳・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉) ・りんご ・福神漬 (小麦・大豆) ・フルーツカクテル (もも) (レトルト黄桃・レトルトパイン・レトルトみかん 寒天・三温糖・赤ぶどう酒)	1 ・ごはん ・フィッシュボール吉野煮 (小麦・大豆・豚肉) ・厚焼き卵 (卵・小麦・大豆)	2 ・米粉コッペパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・じゃがいものポタージュ (乳・大豆・豚肉・ゼラチン) ・骨なしサーモンフライ (小麦・さけ・大豆) ・ミニトマト (1人2個)	3 ・ごはん ・おでん (卵・小麦・大豆) ・ほっけ塩焼き	4 ・米粉バターパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・ミネストローネ (小麦・牛肉・大豆・豚肉) ・チーズポテト (乳) ・オレンジ (オレンジ)
666kcal	627kcal	680kcal	617kcal	544kcal
			5年生宿泊研修	5年生宿泊研修
7 ・ごはん ・いつものカレー (トマト風味) (乳・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉) ・りんご ・福神漬 (小麦・大豆) ・フルーツのマスカットゼリーあえ (レトルトみかん・レトルトパイン・マスカット ゼリー)	8 ・ごはん ・みそ汁 (大豆) ・旭高砂牛を味わう牛丼 (小麦・牛肉・大豆) ・グレープフルーツ	9 ・コッペパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・あさりスープ (牛肉・大豆) ・照り焼きチキン (小麦・大豆・鶏肉) ・枝豆 (大豆) ・いちごジャム	10 ・ごはん ・豆腐の親子卵とじ (卵・小麦・大豆・鶏肉) ・豆苗の中華あえ (小麦・大豆・ごま)	11 ・ミルクパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・チャップスイ (小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉) ・鶏肉のマリネソテー (鶏肉) ・バナナ (バナナ)
681kcal	622kcal	568kcal	641kcal	649kcal
14 ・わかめごはん ・せんべい汁 (小麦・大豆・鶏肉) ・かまぼこの照り煮 (1人3個) (小麦・大豆)	15 ・ごはん ・生揚げと豚肉の炒め煮 (小麦・大豆・豚肉) ・カレー風味あえ (小麦・大豆)	16 ・コッペパン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・コーンスープ (乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉) ・ハンバーグカクテルソース (大豆・鶏肉・豚肉・りんご) ・ブロッコリー	17 ・ごはん ・もちもち芋もち汁 (大豆) ・五目煮 (小麦・大豆・鶏肉)	18 ・小ごはん ・カレーうどん (乳・小麦・大豆・豚肉) ・アジフライ (小麦) ・バナナ (バナナ)
562kcal	686kcal	658kcal	573kcal	604kcal
21 敬老の日	22 国民の休日	23 春分の日	24 ・ごはん ・ハヤシライス (乳・小麦・牛肉・大豆・豚肉) ・福神漬 (小麦・大豆) ・黄桃ミックス (もも) (レトルトパイン・レトルトみかん・レトルト 黄桃)	25 ・小ごはん ・酸辣湯麺 (卵・小麦・えび・さけ・大豆・鶏肉・ 豚肉・ゼラチン) ・豆腐焼売 (1人2個) (小麦・大豆) ・お月見だんご (大豆)
			636kcal	587kcal
28 ・ごはん ・韓国風みそ汁 (大豆・豚肉・ごま) ・さばの照り焼き (小麦・さば・大豆) ・オレンジ (オレンジ)	29 ・ごはん ・酢豚 (小麦・大豆・豚肉) ・小松菜のナムル (小麦・大豆・ごま)	30 ・食パン (乳・小麦・大豆・豚肉) ・洋風かきたまスープ (卵・小麦・牛肉・大豆・鶏肉) ・ハムカツ (乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉) ・温野菜 (ソースあえ) (りんご)	☆8月の平均栄養価 (中学年) ◇エネルギー：637kcal ◇たんぱく質：26.5g ◇脂 質：18.5g ◇塩 分：2.1g ※毎日の栄養価は、中学年分 を記載しています。	☆9月の平均栄養価 (中学年) ◇エネルギー：626kcal ◇たんぱく質：26.0g ◇脂 質：20.1g ◇塩 分：2.4g ※毎日の栄養価は、中学年分 を記載しています。
698kcal	687kcal	582kcal		

- * すべての日に、牛乳(200ml)がつけます。
- * 物質の都合により、献立が一部変更になる場合があります。
- * () の中には、食物アレルギーの原因となる食べ物です。