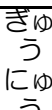
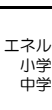
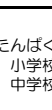


8・9月学校給食献立表

ひ　　よう		しゅしょく		おかず	ざいりょう			 エネルギー 小学校 中学校	 たんぱく質 小学校 中学校
					ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
					(あか)	(き)	(みどり)		
きくちさんデー　～梨(小)～									
25	か	ミルクパン		ポークビーンズ シーザーサラダ 梨(小)	ぎゅうにゅう　ぶたにく だいず　チーズ ベーコン　たまご	ミルクパン　じゃがいも さとう　あぶら シーザードレッシング	にんにく　たまねぎ　にんじん　トマト えだまめ　キャベツ　きゅうり コーン　レモン　なし(小)	642 28.1	804 35.2
26	すい	マーボー丼		つみれとわかめのスープ	ぎゅうにゅう　とうふ ぶたにく　だいず　みそ わかめ　つみれ	こめ　むぎ　さとう　でんぶん あぶら　ごまあぶら	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　たけのこ　しいたけ ねぎ　えのき	590 28.2	757 35.0
きくちさんデー　～梨(中)～									
27	もく	コッペパン(カット)		ポトフ カレーミート 梨(中)	ぎゅうにゅう　ソーセージ ぶたにく　だいず	コッペパン　じゃがいも こむぎこ　あぶら	たまねぎ　にんじん　しめじ ブロッコリー　にんにく えだまめ　なし(中)	562 25.1	742 31.6
28	きん	菜めし		なすのみそ汁 きびなごのカリカリフライ オクラのごま和え	ぎゅうにゅう　とうふ あぶらあげ　わかめ　みそ きびなご(かつお)	こめ　むぎ あぶら　ごま　さとう	きょうな　ひろしまな　なす たまねぎ　にんじん　ねぎ オクラ　キャベツ　きゅうり	565 22.8	722 27.8
31	げつ	麦ごはん		ビーフハヤシ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく チーズ　ハム	こめ　むぎ　じゃがいも さとう　あぶら ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ　にんじん　にんにく しめじ　グリーンピース　トマト ごぼう　キャベツ　コーン	645 23.0	827 28.4
9月									
1	か	丸パンカット		ミネストローネ ホキフライ 人参サラダ・スライスチーズ	ぎゅうにゅう　ベーコン　だいず おおふくまめ　きんときまめ ホキ　ツナ　チーズ	まるパン　じゃがいも マカロニ　あぶら　さとう オリーブゆ	えだまめ　たまねぎ　にんじん トマト　きゅうり　キャベツ	641 30.7	786 36.4
2	すい	麦ごはん		かぼちゃのみそ汁 干草焼 茎わかめのきんぴら	ぎゅうにゅう　とうふ あぶらあげ　みそ　ちぐさやき くきわかめ　さつまあげ(かつお)	こめ　むぎ　こんにゃく さとう　あぶら　ごま ごまあぶら	かぼちゃ　たまねぎ　ねぎ いんげん	551 21.9	718 27.4
3	もく	食パン		サラダうどん 揚げぎょうざ 黒豆きな粉クリーム	ぎゅうにゅう　ハム ぎょうざ	しょくパン　うどん さとう　あぶら くろまめきなこクリーム	きゅうり　キャベツ　コーン トマト　オクラ	645 21.9	855 28.5
4	きん	麦ごはん		肉じゃが 切干大根のサラダ	ぎゅうにゅう　ぶたにく あつあげ　さつまあげ ツナ(かつお)	こめ　むぎ　じゃがいも こんにゃく　さとう　あぶら ごま　ごまあぶら	たまねぎ　にんじん いんげん　きりぼしだいこん もやし　きゅうり	579 23.8	746 29.7
7	げつ	麦ごはん		みそけんちん汁 水田ごぼうつくね アーモンドあえ	ぎゅうにゅう　やきどうふ ちくわ　みそ　つくね (かつお)	こめ　むぎ　こんにゃく ごまあぶら アーモンド　さとう	たまねぎ　にんじん ごぼう　しいたけ　ねぎ キャベツ　きゅうり　コーン	591 21.7	731 25.4
8	か	パインパン(減)		たらこスパゲティ コーンサラダ	ぎゅうにゅう　たらこ　いか ベーコン　ツナ	パインパン　スパゲティ バター　さとう　オリーブゆ	パイン　にんにく　たまねぎ にんじん　エリンギ　ピーマン コーン　キャベツ　きゅうり	564 28.0	731 35.3
9	すい	麦ごはん		魚そうめん汁 さばのホイル焼き 海藻サラダ	ぎゅうにゅう　うおそうめん とうふ　わかめ　さば　こんぶ (かつお　こんぶ)	こめ　むぎ あおじそドレッシング　ごま	たまねぎ　にんじん　しいたけ ねぎ　キャベツ　きゅうり	586 25.2	735 29.9
10	もく	豚キムチ丼		コーン卵スープ 焼きプリンタルト	ぎゅうにゅう　ぶたにく たまご	こめ　むぎ　さとう　でんぶん ごまあぶら　あぶら じゃがいも　やきプリンタルト	しょうが　にんにく　にんじん たまねぎ　もやし　ピーマン キムチ　コーン　しめじ	650 24.6	750 30.8
11	きん	麦ごはん		家常豆腐 トマトとじゃこのサラダ	ぎゅうにゅう　あつあげ ぶたにく　みそ　ちりめん わかめ	こめ　むぎ　さとう でんぶん　あぶら ごまあぶら　ごま	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　たけのこ　しいたけ ねぎ　トマト　きゅうり　えだまめ	607 28.3	780 35.1
14	げつ	麦ごはん		かきたま汁 さんまのゆずみそ煮 オクラの梅おかかあえ	ぎゅうにゅう　たまご　とうふ さんま　かつおぶし (かつお　こんぶ)	こめ　むぎ　でんぶん さとう	たまねぎ　にんじん しいたけ　ねぎ　オクラ きゅうり　キャベツ	565 24.4	715 30.2
15	か	ナン		ひよこ豆のドライカレー 秋のフルーツ白玉	ぎゅうにゅう　ひよこまめ ぎゅうにく　ぶたにく　だいず チーズ	ナン　さとう　あぶら しらたまもち　ぶどうゼリー ナタデココ	にんにく　しょうが　にんじん たまねぎ　コーン　ピーマン みかん　もも　パイン	559 22.8	781 31.2
16	すい	麦ごはん		厚揚げのそぼろ煮 さきいかサラダ	ぎゅうにゅう　とりにく あつあげ　だいず　いか (かつお)	こめ　むぎ　こんにゃく さとう　でんぶん　あぶら ごま　ごまあぶら	しょうが　たまねぎ　にんじん しいたけ　いんげん キャベツ　きゅうり　えだまめ	597 28.1	765 34.7
17	もく	米粉パン		野菜スープ スコッチエッグ カシューナッツサラダ	ぎゅうにゅう　ベーコン スコッチエッグ	こめこパン　じゃがいも カシューナッツ　さとう オリーブゆ	たまねぎ　にんじん　にんにく しめじ　キャベツ きゅうり　コーン	549 24.4	672 29.3
18	きん	麦ごはん		豆腐のみそ汁 ソースカツ ごまじゃこサラダ	ぎゅうにゅう　とうふ あぶらあげ　みそ　トンカツ ちりめん　わかめ(かつお)	こめ　むぎ　あぶら さとう ごま　ごまあぶら	たまねぎ　にんじん えのき　ねぎ キャベツ　きゅうり	596 25.6	775 33.1
24	もく	麦ごはん		もずくと卵のスープ マーボー春雨	ぎゅうにゅう　たまご　とうふ もずく　ぶたにく　みそ だいず	こめ　むぎ　でんぶん ごまあぶら　はるさめ さとう　あぶら	たまねぎ　にんじん　こまつな にんにく　しょうが たけのこ　しいたけ　ねぎ	567 23.2	724 28.5
お月見メニュー									
25	きん	ひじきごはん		つみれ汁 ビーンズサラダ スイートポテト	ぎゅうにゅう　あぶらあげ　ひじき　つみれ とうふ　きんときまめ　おおふくまめ だいず　ツナ(かつお　こんぶ)	こめ　むぎ　さとう ノンエッグマヨネーズ スイートポテト	にんじん　しいたけ　えだまめ たまねぎ　ねぎ キャベツ　きゅうり　コーン	604 24.3	761 29.6
ふるさとくまさんデー　～熊本市～									
28	げつ	麦ごはん		タイピーエン なすの中華炒め	ぎゅうにゅう　ぶたにく　いか うずらのたまご　あつあげ だいず	こめ　むぎ　はるさめ さとう　でんぶん あぶら　ごまあぶら	にんじん　たまねぎ　たけのこ ねぎ　きくらげ　なす　ピーマン しょうが　にんにく	594 26.4	766 32.7
29	か	ひのくにパン		かぼちゃシチュー れんこんのごまマヨサラダ	ぎゅうにゅう　とりにく チーズ　ツナ	ひのくにパン　ごま ノンエッグマヨネーズ あぶら	かぼちゃ　たまねぎ　しめじ ブロッコリー　れんこん キャベツ　きゅうり	574 25.0	730 31.0
30	すい	豚丼		さつま汁	ぎゅうにゅう　ぶたにく とうふ　あぶらあげ　みそ (かつお)	こめ　むぎ　しらたき さとう あぶら　さつまいも	たまねぎ　にんじん　しょうが ごぼう　しいたけ　ねぎ	592 25.6	759 31.4

※都合により、献立を変更することがあります。
※だしは()で表示しています。
※ちくわ、かまぼこは卵不使用のものを使用しています。