

8・9月献立予定表

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料			エネルギー たんぱく質
					主にエネルギーになる	主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	
27	月	チキンカレーライス		白玉フルーツポンチ	米 精麦(ぶちまる君) 植物油 じゃがいも 白玉餅 砂糖	鶏肉 普通牛乳(飲用)	かぼちゃ なす にんじん 黄桃缶 たまねぎ ピーマン みかん缶 パイン缶 カクテルゼリー	858 21.9
28	火	食パン		卵スープ なすのグラタン マーシャルビーゼンス	基準パン じゃがいも バター 油 薄力粉 学校給食パン用 マーシャルビーゼンス	普通牛乳(飲用) 卵 鶏肉 ベーコン ミックスチーズR	たまねぎ コーン しいたけ なす にんじん いんげん	804 30.2
29	水	キムたくご飯		つみれ汁 甘夏サラダ ムース	米 麦 ごま ごま油 植物油 砂糖(三温)	豚肉 普通牛乳(飲用) ムース お野菜つみれ	にんじん 千切りたくあん なら 白菜キムチ えのき ねぎ わかめ キャベツ きゅうり 甘夏みかん缶 みかん たまねぎ	776 28.5
30	木	ミルクパン		冷やし中華 シューマイ	ミルクパン スパゲティ (ハーフ) 砂糖 ごま油	普通牛乳(飲用) ハム 焼売チキンピヨン入	にんじん きゅうり もやし キャベツ ｽｲｰﾄｺﾝ缶(ﾎﾙ)	910 33.6
31	金	麦ご飯		大豆の磯煮 わかめの酢の物 佃煮	米 精麦(マ・ミール) 油 砂糖 じゃがいも 突き出しこんにやく	普通牛乳(飲用) 鶏肉 大豆 凍り豆腐 さつま揚げ かなぎ佃煮	にんじん ごぼう しいたけ いんげん くきわかめ ハウ わかめ きゅうり キャベツ	816 34.4
3	月	麦ご飯		かきたま汁 さんまゆずみそ煮 かみかみチーズサラダ	米 精麦(マ・ミール) でんぶん ピーナツ 油 砂糖	普通牛乳(飲用) 卵 かまぼこ 豆腐 かつお節 さんまゆずみそ煮 しらす クッキングチーズ	にんじん しいたけ ねぎ わかめ キャベツ きゅうり	768 32.7
4	火	ミルクパン		パリパリ焼きそば ギョーザ	ミルクパン 焼チャー(炒)麵 油 澱粉(じゃがいも) ごま油	普通牛乳(飲用) 豚肉 いか かまぼこ	キャベツ たまねぎ にんじん きくらげ きぬさや	959 33.2
5	水	ひじきごはん		豆腐とえのき茸のみそ汁 ピーナツ和え	米 精麦(ぶちまる君) 砂糖 油 ピーナツ	鶏肉 あげ 普通牛乳(飲用) 豆腐	ひじき しいたけ にんじん ねぎ えだまめ わかめ えのきたけ キャベツ もやし	681 26.4
6	木	玄米パン		クイッテオスープ 鶏肉のハーブ焼き ミニトマト	玄米パン 平麵ビーフン 油 ごま油	普通牛乳(飲用) 豚肉 むきえび 鶏肉	にんじん しめじ たまねぎ ねぎ きくらげ トマト	716 39.8
7	金	麦ご飯		麻婆なす パンパンジーサラダ	米 精麦(マ・ミール) 油 砂糖 ごま油 澱粉(じゃがいも) 純ねり胡麻	普通牛乳(飲用) 豚肉 ひきわり大豆ドライパ とりさき身チャンク	にんじん たまねぎ なす ねぎ たけのこ わかめ キャベツ きゅうり	781 33.2
10	月	麦ご飯		味噌けんちん汁 いわし生姜煮 もやしのかつお和え	米 精麦(マ・ミール) じゃがいも 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 鶏肉 豆腐 あげ いわし生姜煮	だいこん にんじん ごぼう ねぎ きゅうり もやし	767 31.3
11	火	黒糖パン		タイピーエン ナッツサラダ	黒糖パン はるさめ かき油缶 植物油 砂糖 カシューナッツ バターピーナツ	普通牛乳(飲用) 豚肉 紫いか むきえび うずら卵 ハム	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく しょうが きゅうり	728 30.9
12	水	栗の混ぜご飯		つぼん汁 五目たまごやき 梨のサラダ	米 精麦(マ・ミール) 油 県産栗 砂糖(三温) 里芋 オリーブ油 こんにやく カシューナッツ	あげ 普通牛乳(飲用) 鶏肉 生揚げ かつお節 厚焼きたまご ハム	にんじん しめじ しいたけ なし 枝豆むき身 だいこん ごぼう こんぶ キャベツ きゅうり	756 29.2
13	木	米粉いりかぼちゃパン		コーンたまごスープ レバーと芋のラビオリソース	米粉いりかぼちゃパン でんぶん 油 じゃがいも 砂糖(三温) ｶｼﾞｰﾅｯﾂ(ﾊｯｼﾞ1Kg)	普通牛乳(飲用) 卵 鶏肉 若とりレバー竜田揚げ	ｽｲｰﾄｺﾝ缶(ﾎﾙ) ｽｲｰﾄｺﾝ缶(ｸﾘｰﾑ) きくらげ にんじん たまねぎ ねぎ ピーマン	820 34.7
14	金	麦ご飯		カレー豆腐 豆のサラダ	米 精麦(マ・ミール) 油	普通牛乳(飲用) 牛肉 豚肉 豆腐 大豆 うぐいす豆 無塩漬ウイナースラ クッキングチーズ	たまねぎ にんじん グリンピース 枝豆むき身 きゅうり レモン果汁	955 34.8
18	火	パインパン		ラビオリスープ お魚ピザ ぶどう	パインパン ラビオリ	普通牛乳(飲用) ベーコン ホキ切身 ミックスチーズR	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ ピーマン トマト ぶどう	803 37.6
19	水	そばろご飯		秋の香り味噌汁 ツナとわかめのサラダ	米 精麦(マ・ミール) 油 ごま 砂糖(三温) さつまいも 砂糖 突き出しこんにやく 緑豆春雨	鶏肉 凍り豆腐 普通牛乳(飲用) マグロフレーク油漬缶	グリンピース しめじ にんじん ねぎ わかめ キャベツ きゅうり	777 29.4
20	木	ココアパン		きのこベーコンのスパゲティ フルーツヨーグルト	ココアパン スパゲティ (ハーフ) バター	普通牛乳(飲用) ベーコン パウダーフレンド ヨーグルト クリーム	にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム水煮レ しいたけ ピーマン みかん缶 黄桃缶 パイン缶 パナナ	891 28.3
21	金	わかめご飯		はんぺんのすまし汁 いわしのカリカリフライ レモン和え	米 精麦(マ・ミール) 油 砂糖	普通牛乳(飲用) ちくわ はんぺんおわん種 いわしのカリカリフラ	炊き込みわかめ にんじん ねぎ えのきたけ わかめ キャベツ きゅうり レモン果汁 レモン	723 24.1
25	火	ソフトフランスパン		クリームシチュー フレンチサラダ クリームゴールド	ソフトフランスパン じゃがいも ポテトジュエース 砂糖 (新)ｸﾘｰﾑﾀﾞｰｼﾞｭ油 ｸﾘｰﾑｺﾞｰﾙﾄﾞ	普通牛乳(飲用) 鶏肉 牛乳 うずら・金時・白イゲン クラスメイト クリーム	たまねぎ にんじん パセリ ｽｲｰﾄｺﾝ缶(ﾎﾙ) キャベツ きゅうり パイン缶	780 27.8
26	水	麦ご飯		親子煮 切干大根のごま酢あえ	米 精麦(マ・ミール) しらたき 砂糖 じゃがいも 砂糖(三温) ごま 純ねり胡麻	普通牛乳(飲用) 鶏肉 卵 あげ	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ だいこん キャベツ きゅうり	778 27.0
27	木	丸パン		野菜スープ 魚フライ タルタルソース・コールスロー	基準パン じゃがいも 油	普通牛乳(飲用) ベーコン 卵 白身魚ﾌﾗｲ(笹型60g)	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ きゅうり ｽｲｰﾄｺﾝ缶(ﾎﾙ)	809 31.4
28	金	ドライカレー		カシューナッツサラダ ココア	米 精麦(マ・ミール) バター 砂糖 植物油 カシューナッツ	普通牛乳(飲用) 牛肉 豚肉 クラスメイト ハム ココア	サラたまちゃんベース たまねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが キャベツ きゅうり	823 31.3