



# 令和4年8月・9月学校給食献立表



日	曜日	献立		主な材料							
		主食	おかず	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			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
8月30日	火	牛乳	麦ごはん	コロッケ カラフルサラダ キーマカレー	ふた肉 とり肉	大豆	牛乳	赤ピーマン 黄ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ りんご	米 小麦 牛乳コロッケ レンズ豆	油 ドレッシング カレールウ
31日	水	牛乳	さとう コッパン	さけのマスタード焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ	さけ とり肉		牛乳	かぼちゃ にんじん	にんにく きゅうり とうもろこし だいこん でんぷん	さとうコッパン	ドレッシング
9月1日	木	牛乳	ごはん	肉だんごのあますあん もやしの香味あえ はるさめスープ	肉だんご とり肉		牛乳	こまつな にんじん	もやし たまねぎ しめじ	米 さとう でんぷん はるさめ	油 ドレッシング
2日	金	牛乳	麦ごはん	さばの塩焼き きんぴらごぼう 赤だし	さば とうふ 油あげ みそ 八丁みそ		牛乳 わかめ	にんじん 青ねぎ	(こんやく) ごぼう たまねぎ	米 小麦 さとう	ごま油
5日	月	牛乳	ごはん	さわらのたつたあげ こんぶあえ とうがんのくす煮	さわら とり肉		牛乳 こんぶ		しょうが キャベツ きゅうり えだまめ とうがん だいこん	米 でんぷん さとう	油
6日	火	牛乳	麦ごはん	とりのてり焼き くきわかめのいためもの かぼちゃのみそ汁 なし	とり肉 とうふ さつまあげ 油あげ みそ		牛乳 くきわかめ	にんじん かぼちゃ 青ねぎ	れんこん たまねぎ なし	米 小麦 さとう	ごま油
7日	水	牛乳	ごはん	あつあげの肉みそがけ なめたけあえ かきたま汁	あつあげ ふた肉 八丁みそ とり肉 とうふ たまご		牛乳	ほうれんそう にんじん みつば	しょうが なめたけ もやし たまねぎ	米 さとう でんぷん	
8日	木	牛乳	ごはん	かきあげ きりぼしだいこんのツナあえ 近江牛のすき焼き煮	ツナ 近江牛 焼きとうふ		牛乳	こまつな 青ねぎ	やさいかきあげ きりぼしだいこん はくさい たまねぎ えのきたけ (赤こんやく)	米 さとう 丁字ふ	
9日	金	牛乳	くり ごはん	ほっけの一夜干し さっぱりあえ ぶた汁 月見だんご	ほっけ ぶた肉 みそ		牛乳	さやいんげん にんじん 青ねぎ	キャベツ だいこん ごぼう (こんやく)	米 くり さといも 月見だんご	
12日	月	牛乳	ごはん	コーンシューマイ ハンサンスー マーボーとうふ	とうふ ふた肉 八丁みそ みそ		牛乳	にんじん 青ねぎ	コーンシューマイ きゅうり もやし たまねぎ たけのこ しいたけ にんにく しょうが	米 はるさめ さとう でんぷん	ごま油
13日	火	牛乳	麦ごはん	さんまのかば焼き ほうれんそうのごまあえ さつまいのみそ汁	さんま とうふ 油あげ みそ		牛乳	ほうれんそう 青ねぎ	キャベツ たまねぎ	米 小麦 さとう でんぷん さつまいも	油 ごま
14日	水	牛乳	コッパン	ポテトカップグラタン チキンのトマトスープ煮 フルーツポンチ	とり肉		牛乳	トマト にんじん	たまねぎ キャベツ みかん	コッパン さとう ポテトカップグラタン ゼリー	
15日	木	牛乳	ごはん	和風ハンバーグ いそあえ 白玉汁	ハンバーグ とり肉		牛乳 のり	こまつな にんじん 青ねぎ	しょうが りんご もやし しいたけ たまねぎ	米 でんぷん 白玉もち	
16日	金	牛乳	麦ごはん	白身魚の香味ソースがけ 和風あえ さといものみそ煮	白身魚(ホキ) ツナ ぶた肉 みそ		牛乳	にんじん さやいんげん	白ねぎ キャベツ しょうが にんにく だいこん (赤こんやく)	米 小麦 さとう でんぷん さといも	油 ごま油 ドレッシング
20日	火	牛乳	麦ごはん	焼きししゃも つぼつけあえ とりじゃが	とり肉		牛乳 ししゃも	にんじん さやいんげん	キャベツ つぼつけ たまねぎ (こんやく)	米 小麦 さとう じゃがいも	油
21日	水	牛乳	ごはん	やきとり ひじき豆煮 具だくさんみそ汁	とり肉 ちくわ 大豆 とうふ みそ		牛乳 ひじき	にんじん 青ねぎ	白ねぎ (赤こんやく) だいこん しいたけ ごぼう	米 さとう でんぷん	油
22日	木	牛乳	ごはん	はるまき あじつけきゅうり 八宝菜	ぶた肉 うずらたまご		牛乳	にんじん	はるまき きゅうり たまねぎ はくさい たけのこ	米 でんぷん	油 ごま油
26日	月	牛乳	ごはん	まぐろのみそがらめ いんげんのかつおあえ けんちん汁	まぐろ みそ かつおぶし とうふ 油あげ		牛乳	さやいんげん にんじん 青ねぎ	(こんやく) ごぼう だいこん	米 さとう	油
27日	火	牛乳	麦ごはん	あげぎょうざ 中華あえ ビーフンスープ	ぎょうざ ぶた肉		牛乳	チンゲンサイ にんじん 青ねぎ	もやし キャベツ たまねぎ	米 小麦 ビーフン	油 ドレッシング
28日	水	牛乳	食パン	丁字ふキッシュ(洋風たまご焼き) うち豆の豆乳スープ 打ち豆のとうにゅうスープ	たまご ワインナー ツナ とり肉 うち豆(大豆) 豆乳		牛乳	ほうれんそう 赤ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	食パン 丁字ふ	ドレッシング ホワイトルウ
29日	木	牛乳	ごはん	とりのからあげ ごぼうのごまドレあえ じゃがいものみそ汁	とり肉 とうふ 油あげ みそ		牛乳	青ねぎ	にんにく しょうが ごぼう れんこん きゅうり たまねぎ	米 でんぷん じゃがいも	油 ドレッシング
30日	金	牛乳	麦ごはん	あじのマスタード焼き 海そうサラダ 秋の実りカレー	あじ ぶた肉		牛乳 海そうミックス	黄ピーマン にんじん	だいこん にんにく たまねぎ りんご しめじ まいたけ	米 小麦 でんぷん さつまいも	油 カレールウ

☆学校行事・材料等の都合で、献立を変更する場合があります。