

令和2年

8月・9月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

※9月は九州集中豪雨と新型コロナウイルスの影響に伴う野菜高騰のための対応献立となっています。

食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量	小学校	C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		650	26.8	18

	8/31(月)	9/1(火)	2(水)	3(木)	4(金)
こ ん だ て	マーミナーチャンプルー 	きんぴらごぼう 	旧盆 ウークィ 	ウンチェーイリチー 	ごぼうサラダ
あか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、たまご、ポーク、とうふ	ぎゅうにゅう、さかなそうめん、こんぶ、あぶらあげ、とうふ		ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、みそ、ベーコン	ジョア、ぶたにく、ウィンナー、だいず、ツナ
き	米飯、あぶら	米飯、あぶら、ごまあぶら、さとう、ごま		米飯、さといも、あぶら	食パン、にゅうなしマーガリン、さとう、じゃがいも、あぶら、たまごなしマヨネーズ、ごま、ドレッシング
みどり	しいたけ、こんにやく、とうがん、もやし、にんじん、こまつな、にんにく	だいこん、チンゲンサイ、きくらげ、ごぼう、にんじん、こんにやく		だいこん、にんじん、ごぼう、ながねぎ、ウンチェー、しめじ、にんにく	シナモン、にんじん、たまねぎ、セロリ、にんにく、トマト、ごぼう、いんげん
小学校	E 539 P 26 F 15.7	E 514 P 19.1 F 12.9		E 528 P 21.6 F 14.5	E 602 P 24.4 F 18.7
こ ん だ て	7(月) かぼちゃひきにくフライ 	8(火) チンゲンサイいため 	9(水) タコライス 	10(木) からしないため 	11(金) バナナ
あか	ぎゅうにゅう、わかめ、なると、あぶらあげ、かつおぶし、ぶたにく	ぎゅうにゅう、わかめ、はんぺん、ベーコン、とりにく、だいず	ぎゅうにゅう、たまご、ぎゅうにく、ぶたにく、だいず、チーズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、ツナ、とうふ、とりにく	ぎゅうにゅう、たまご、ぎゅうにく
き	うどん、さとう、ラード、パン粉、かたくりこ、こむぎこ、あぶら、水あめ	米飯、あぶら、ラード、パン粉、かたくりこ、さとう	米飯、かたくりこ、あぶら	米飯、さつまいも、あぶら、ポークオイル、ばんこ、こむぎこ、かたくりこ	米飯、かたくりこ、ごまあぶら、あぶら、さとう、かたくりこ
みどり	ながねぎ、はくさい、きゅうり、かぼちゃ、たまねぎ	たけのこ、とうがん、チンゲンサイ、にんじん、もやし、しめじ、にんにく、たまねぎ、レンコン、しょうが	ながねぎ、コーン、たまねぎ、にんじん、にんにく、キャベツ、赤ピーマン	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、からしな、もやし、キャベツ	にんじん、しいたけ、たけのこ、かんてん、ながねぎ、しょうが、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、にんにく、バナナ
小学校	E 517 P 20.3 F 20.1	E 519 P 19.2 F 15.1	E 645 P 25.4 F 20.2	E 655 P 26.4 F 20.8	E 572 P 19.6 F 12.3
こ ん だ て	14(月) せんぎりイリチー 	15(火) あつあげのちゅうかいため 	16(水) かぼちゃチーズ焼き 	17(木) とうふチャンプルー 	18(金) ホイコーロー
あか	ぎゅうにゅう、もずく、かにかまぼこ、とうふ、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、ししやも、だいず	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、あつあげ、なると	ぎゅうにゅう、ベーコン、かまぼこ、ぶたにく、チーズ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なにかみ、ポーク、とうふ	ぎゅうにゅう、たまご、ぶたにく、みそ
き	米飯、あぶら、さとう、パン粉、こむぎこ、あぶら、かたくりこ	米飯、はるさめ、あぶら、ごまあぶら、さとう	スパゲティ、バター、オリーブあぶら、ドレッシング、さとう	米飯あぶら	米飯、かたくりこ、ごまあぶら、さとう
みどり	はくさい、ねぎ、せんぎりだいこん、にんじん、こんにやく、しいたけ	にんじん、チンゲンサイ、しめじ、しょうが、キャベツ、チンゲンサイ、きくらげ、にんにく	たまねぎ、にんじん、キャベツ、エリンギ、しめじ、きくらげ、マッシュルーム、ねぎ、にんにく、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、えだまめ、かぼちゃ	こんにやく、しいたけ、しょうが、キャベツ、にんじん、こまつな、にんにく	こまつな、しめじ、キャベツ、赤ピーマン、ピーマン、にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが
小学校	E 550 P 24 F 14.9	E 534 P 20.7 F 15.7	E 582 P 24.3 F 23.1	E 527 P 22.6 F 16.5	E 515 P 20.9 F 13.5
こ ん だ て	21(月) けいろうの日 	22(火) しゅうぶんの日 	23(水) だいこんのあえもの 	24(木) ビーンズサラダ 	25(金) 魚の野菜あんかけ
あか			ぎゅうにゅう、ぶたにく	ぎゅうにゅう、きなこ、ベーコン、ハム、ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆、チーズ	ぎゅうにゅう、たまご、ぶたにく、ベーコン、とりにく、ホキ
き			米飯、じゃがいも、あぶら、さとう、ごま、ごまあぶら	コッペパン、あぶら、アーモンド、さとう、こくとう、じゃがいも、ドレッシング	米、むぎ、あぶら、ドレッシング、さとう、かたくりこ
みどり			たまねぎ、にんじん、こんにやく、きぬさや、だいこん、きゅうり、もやし	たまねぎ、にんじん、セロリ、パセリ、にんにく、ローリエ、キャベツ、きゅうり、コーン	にんじん、ピーマン、たけのこ、ねぎ、しょうが、にんにく、だいこん、きゅうり、たまねぎ、しいたけ
小学校			E 551 P 18.9 F 12.7	E 552 P 18.1 F 24.5	E 576 P 26.1 F 18.2
こ ん だ て	28(月) ひじきいため 	29(火) ほうれんそうのごまあえ 	30(水) あじフライ 	《 今月のきゅうしょくもくひょう 》 あとかたづけをきちんとしよう！ 	
あか	ぎゅうにゅう、みそ、ぶたにく、ひじき、だいず、ちぎあぎ、とりにく	ぎゅうにゅう、こうやとうふ、とりにく、たまご、かまぼこ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あじ		
き	米飯、じゃがいも、さとう、あぶら、こむぎこ、かたくりこ	米飯、あぶら、さとう、ごま	米、もち米、あぶら、ごまあぶら、さとう、パン粉、こむぎこ、あぶら		
みどり	だいこん、えのきたけ、ねぎ、こんにやく、にんじん、キャベツ、にら、にんにく	たまねぎ、にんじん、ごぼう、しいたけ、いんげん、ほうれんそう、もやし	しいたけ、にんじん、ごぼう、たけのこ、えだまめ、わらび、きくらげ、えのきたけ、せんぎりだいこん、こまつな		
小学校	E 626 P 24.7 F 22.1	E 551 P 23.7 F 15.2	E 605 P 23.4 F 22.9		

※材料・天候によって献立を変更することがあります。給食費は、毎月10日までに納めましょう。

※ろうかにごぼしたら、かならずふきとりましょう！