



学校給食献立予定表



令和7年8,9月

福津市第2学校給食共同調理場

ひづけ 日付 曜日	献立名	ぎゅう 牛 乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal)
			主に体をつくるものとなる		主に体の調子を整えるものとなる		主にエネルギーのもととなる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
28 (木)	むぎごはん ホキのおうごんやき かぼちゃのいとし なすのみそしる	☆	ホキ たまご あずき とうふ こめみそ	ぎゅうにゅう	★かぼちゃ ★ねぎ パセリ	コーン ★なす たまねぎ ★えのきたけ	こめ むぎ さとう	マヨネーズ	601 22.9 15.4
29 (金)	むぎごはん やきにく わかめスープ クリームだいふく	☆	ぎゅうにく あかだしみそ とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ★ねぎ	★キャベツ たまねぎ しょうが にんにく しいたけ	こめ むぎ さとう だいふく	あぶら ごま ごまあぶら	642 21.8 20.3
1 (月)	しろごはん なつとう ツナじゃが こうやどうふのうめマヨサラダ	☆	なつとう ツナ チキンハム こうやどうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	たまねぎ グリンピース こんにやく ★きゅうり ばいにく	こめ じゃがいも さとう	あぶら マヨネーズ	646 26.7 18.2
2 (火)	ナン だいずのドライカレー ワントンスープ きよほう	☆	ぎゅうにく がたにく だいず	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ★ピーマン ほうれんそう	たまねぎ にんにく ★もやし きくらげ ★ぶどう	ナン ワントン	あぶら	552 25.4 21.9
3 (水)	しろごはん さばのしょうがに きゅうりのこんぶあえ とうにゅうみそしる	☆	あぶらあげ さば こめみそ むぎみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう しおこんぶ	★かぼちゃ ★ねぎ	★きゅうり ばいにく たまねぎ えのきだけ	こめ		619 22.8 21.8
4 (木)	しそごはん きつねうどん ツナとやさいのごまだれあえ アセロラゼリー	☆	とりにく ツナ あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	しそ にんじん ★ねぎ ★ほうれんそう	レモンじる ★キャベツ	こめ むぎ うどん さとう ゼリー	ごま	633 22.6 15.4
5 (金)	しろごはん きびなごくろごまフライ かいそうサラダ ひじきとあつあげのうまに	☆	とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう きびなごフライ わかめ ひじき かいそう	にんじん	きゅうり えだまめ れんこん	こめ さとう	あぶら ごまあぶら	601 25.2 16.7
8 (月)	むぎごはん ハンバーグカレーソース ほうれんそうのかおりあえ とうふのみそしる	☆	ハンバーグ あぶらあげ こめみそ とうふ	ぎゅうにゅう なまクリーム もみのり わかめ	ほうれんそう にんじん ★ねぎ	マッシュルーム ★なす たまねぎ ★もやし	こめ むぎ さとう	マーガリン ごま ごまあぶら	667 24.5 25.3
9 (火)	パインパン ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ	☆	がたにく チキンハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ グリンピース	パン スパゲティ さとう	あぶら	601 24.6 18.2
10 (水)	しろごはん さばのこうみやき もやしのごまずあえ ごじる	☆	さば だいず こめみそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう しらすばし	にんじん ねぎ	にんにく しょうが もやし ごぼう だいこん	こめ さとう さといも	ごまあぶら ごま	616 30.1 17.0
11 (木)	むぎごはん はっほうさい とうふしゅうまい りんご	☆	しゅうまい がたにく うずらのたまご えび あさり	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ しいたけ ねぶかねぎ にんにく しょうが りんご	こめ むぎ でんぶ	あぶら ごまあぶら	617 24.0 20.4
12 (金)	むぎごはん さわらのごまみそやき きりぼしだいこんのもの やさいつみれのすましじる	☆	さわら こめみそ とりにく つみれ とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ★ねぎ	しょうが しめじ せんざりだいこん	こめ むぎ さとう	ごま あぶら	603 28.4 16.6
16 (火)	しよくパン ホキフライ コードレッシングサラダ まめのポタージュスープ	☆	ホキ チキンハム しるいんげんまめ いんげんまめ とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	628 25.6 24.6
17 (水)	むぎごはん けんさんやさいのたまごやき はるさめのすのもの ちくぜんに	☆	たまご とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや	キャベツ きくらげ こんにやく ごぼう れんこん しいたけ	こめ むぎ はるさめ さとう さといも	あぶら	606 23.9 14.2
18 (木)	しろごはん さばのカレーやき ごぼうサラダ とうがんのみそしる	☆	さば とうふ こめみそ	ぎゅうにゅう	にんじん ★ねぎ	ごぼう えだまめ コーン ★とうがん たまねぎ	こめ	ごま マヨネーズ	629 27.3 20.7
19 (金)	むぎごはん まーぼーどうふ ピーマンのいために なし	☆	ぎゅうにく がたにく だいず とうふ あかだしみそ	ぎゅうにゅう しらすばし	にんじん ★ねぎ ★ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ しいたけ ★もやし ★なし	こめ むぎ さとう でんぶ	あぶら ごまあぶら ごま	631 22.8 18.2
22 (月)	むぎごはん きんときまめコロツケ こまつなとたまごのあえもの けんちんじる	☆	たまご とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	★こまつな にんじん ★ねぎ	しいたけ	こめ むぎ コロツケ さとう じゃがいも でんぶ	あぶら ごま ごまあぶら	642 21.0 20.1
24 (水)	むぎごはん のりのつくだに はっちゃんどうふ きゅうりのそくせきづけ おはぎ	☆	がたにく えび とうふ	ぎゅうにゅう のりつくだに	にんじん ★ねぎ	たまねぎ たけのこ きくらげ しいたけ ★きゅうり しょうが	こめ むぎ さとう おはぎ	あぶら ごまあぶら	628 24.1 14.7
25 (木)	チキンカレー(むぎごはん) フルーツヨーグルト	☆	とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト なまクリーム	にんじん	たまねぎ グリンピース りんご おうとう みかん パイン パナナ	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	633 18.5 17.1
26 (金)	しろごはん さんまのかんろに ほうれんそうのあえもの あきやさいのもの	☆	さんま とりにく	ぎゅうにゅう しおこんぶ	ほうれんそう にんじん いんげん	もやし かぼすかじゅう こんにやく ごぼう しめじ	こめ はるさめ さといも さとう	ごま くり あぶら	601 26.0 16.2
29 (月)	しろごはん ビビンバ(にく、ナムル) もずくじる さつまポテト	☆	がたにく たまご	ぎゅうにゅう もずく	ほうれんそう ★にら にんじん ★ねぎ	★もやし えのきだけ	こめ さとう さつまポテト	ごま ごまあぶら	627 20.3 19.8
30 (火)	ライむぎコッペパン ポテトのトマトに とうふサラダ かくチーズ	☆	とりにく とうふ チキンハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ しめじ えだまめ ★キャベツ ★きゅうり コーン	パン じゃがいも さとう	あぶら アーモンド ごまあぶら	622 28.1 26.9

◎果物や野菜は 直売所「あんずの里市利用組合」から主に購入しています。
◎材料の都合等により献立を変更することがあります。
◎★印のついている食品は福津産または「あんずの里市」より納品される予定の食品です。