



学校給食献立予定表

令和8年8,9月

【中止日】 勝浦小 7日

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) たんぱく質(g) 脂質(g)
			主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
28 (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 ゴマあぶら	642 21.8 20.3
31 (月)	しそごはん きつねうどん ツナとやさしいごまだれあえ	☆	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	ごま	598 22.6 15.4
1 (火)	ナン だいずのドライカレー ワンタンスープ きよほう	☆	ぎゅうにく ぶたにく 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 ワンタン	あぶら	550 25.4 21.9
2 (水)	しろごはん さばのしょうがに きゅうりのうめかつおあえ とうにゅうみそしる	☆	さば かつお し あぶらあげ こめみそ むぎ みそ とうにゅう	ぎゅうにゅう	★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		625 23.5 21.8
3 (木)	むぎごはん とうふしゅうまい はっぽうさい りんご	☆	しゅうまい ぶたにく うずらたまご 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 でんぶん	あぶら ゴマあぶら	617 24.0 20.4
4 (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 かいそ う ひじき	にんじん	★きゅうり えだまめ れんこん	こめ さとう	あぶら ゴマあぶら	601 25.2 16.7
7 (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 かぼちゃのみそしる	☆	ハンバー グ あぶらあげ こめみそ	ぎゅうにゅう なまクリーム もみのり	ほうれんそう かぼちゃ にんじん ねぎ	マッシュルーム たまねぎ もやし	こめ むぎ さとう	マーガリン ごま ゴマあぶら	668 24.8 23.4
8 (火)	パンパン ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ	☆	ぶたにく 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	600 24.7 18.2
9 (水)	てまきずし (すめし ありあけのり ステックなっとう あつやきたまご ツナマヨコーンサラダ) なすのみそしる	☆	なっとう ツナ たまご とうふ あぶらあげ こめみそ	ぎゅうにゅう やきのり わかめ	にんじん ★ねぎ	★キャベツ コーン ★なす	こめ もちこめ さとう	マヨネーズ	619 22.3 21.6
10 (木)	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 しらすぼし	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	ゴマあぶら ごま	616 30.1 17.0
11 (金)	しろごはん ピビンバ(にく ナムル) もずくじる さつまポテト	☆	ぶたにく 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 ゴマあぶら	627 20.3 19.8
14 (月)	むぎごはん いわしのかんろに きゅうりのこんぶあえ じゃがいものなんばんに	☆	いわし ぶたにく こめみそ	ぎゅうにゅう しおこんぶ	にんじん	★きゅうり ばいにく こんにやく ★ごぼう えだまめ しょうが	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	614 23.6 17.1
15 (火)	フィッシュバーガー (よこわりまるパン ホキフライ コーン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 しらいんげん たまご とうふ 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	600 24.8 24.1
16 (水)	むぎごはん まいぼーとうふ ピーマンのいために なし	☆	ぎゅうにく ぶたにく だいず とうふ あかだしみそ	ぎゅうにゅう しらすぼし	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 でんぶん	あぶら ごま ゴマあぶら	631 22.8 18.3
17 (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
18 (金)	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 さといも はるさめ むぎ さとう	あぶら	599 23.9 14.2
24 (木)	むぎごはん のりのつくだに はっちゃんとうふ きゅうりのそくせきづけ おはぎ	☆	ぶたにく 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 ゴマあぶら	627 24.0 14.7
25 (金)	しろごはん いわしのおかかに ほうれんそうのあえもの あきやさいのもの おつきみゼリー	☆	いわし 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	かぼすかじゅう こんにやく ごぼう もやし しめじ	こめ はるさ め さといも さとう ゼリー	ごま くり あぶら	630 25.2 16.6
28 (月)	むぎごはん きんときまめコロッケ 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 コロッケ むぎ さとう ★じゃがいも でんぶん	あぶら ごま ゴマあぶら	642 21.0 20.1
29 (火)	はいがコッペパン 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 ゴマあぶら	586 27.6 27.0
30 (水)	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 ★バナナ	こめ むぎ ★じゃがいも	あぶら	633 18.5 17.1

◎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。