



8・9月予定献立表

《今月のめあて》

8・9月 てわけをして きちんとかたづけよう



令和7年度 8月

給食回数 22 回

北町調理場

日	曜	こ ん だ て	牛乳等	つ か う も の (材料)			コ メ ン ト
				体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をととのえる(みどり)	
28	木	スパゲッティミートソース あおのりだいずポテト なし	○	ぶたにく だいず あおのり ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう こむぎこ じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマトジュース ホールトマト なし	2学期が始まります。学校生活のリズムに戻すために、早寝・早起きをして、朝、昼、夕の食事をしっかり食べましょう。
29	金	きなこあげパン ポトフ チキンとマカロニのバジルソテー	○	きなこ ぶたにく しろいんげんまめ とりがら ぶたがら とりにく ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう じゃがいも マカロニ オリーブあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ にんにく バジル	
1	月	むぎごはん うめひじきふりかけ みそじる ししやもやき にくじゃが	○	ひじき ちりめんじゃこ かつおぶし あおのり なまあげ わかめ みそ こんぶ ししやも ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ ごま さとう あぶら じゃがいも こんにやく	うめぼし なす ながねぎ たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん	
2	火	まるパン てりやきハンバーグ ミネストローネスープ コーンとキャベツのソテー	○	ぶたにく とうふ ひじき しろいんげんまめ とりこ ペーコン とりがら ツナ ぎゅうにゅう	パン パンこ あぶら さとう でんぶん パスタ ごま	たまねぎ キャベツ セロリ にんにく ホールトマト トマトジュース にんじん ホールコーン	
3	水	むさしのかてうどん (うどん・つけじり・かてやさい) ちくわのいそべあげ	○	ぶたにく かつおぶし ちくわ あおのり ぎゅうにゅう	うどん さとう あぶら こむぎこ	もやし しょうが ながねぎ だいこん こまつな にんじん	1日(月)梅ひじきふりかけ 手作りふりかけです。ひじきと カリカリ梅、ちりめんじゃこ、ご ま、かつお節を砂糖と醤油で 調味します。子どもにも人気の ふりかけです。
4	木	キムチチャーハン ちゅうかコンスープ はっぼうさい	○	ぶたにく たまご かつおぶし こんぶ いか ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ ごまあぶら でんぶん さとう	はくさいキムチ にんじん ピーマン ながねぎ クリームコーン たまねぎ こまつな もやし はくさい たけのこ きくらげ しょうが にんにく	
5	金	ポークビーンズライス ポイルやさい ちゅうかドレッシング なし	○	だいず ぶたにく かいそうミックス ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ バター あぶら こむぎこ さとう こんにやく ドレッシング	マッシュルーム たまねぎ にんじん にんにく ホールトマト トマトビュレ もやし キャベツ こまつな なし	11日(木) 22日(木)ぶどう 長野県の土屋さんから無農薬 のピオーネという品種のぶどう が届きます。甘みがあり、とて も美味しいぶどうです
8	月	あわごはん とうがンのみそじる ジャンボしゅうまい じゃこいりいとこんソテー	○	あぶらあげ みそ かつおぶし こんぶ ぶたにく ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ もちあわ しゅうまいのかわ でんぶん ごまあぶら こんにやく さとう あぶら	とうがん えのきたけ こまつな たまねぎ しょうが さやいんげん	
9	火	ナン キーマカレー きゃべつのスープ きのこやさいのソテー	○	ぶたにく だいず レバーソーセージ とりがら とりにく ぎゅうにゅう	ナン あぶら さとう こむぎこ じゃがいも	たまねぎ セロリ にんにく しょうが にんじん りんご ホールトマト キャベツ ホールコーン えのきたけ しめじ こまつな	16日(火) おからときなこのドーナツ 手作りドーナツです。生地にお からときなこを混ぜて、一つ 一つ形を作って、油で揚げま す。
10	水	サンラータンつけめん (めん つけじり) やきぶた きんときまめに	○	たまご かつおぶし ぶたにく きんときまめ ぎゅうにゅう	むしちゅうかさば あぶら でんぶん さとう	キャベツ チンゲンサイ にんじん ながねぎ しょうが にんにく	
11	木	ジャコイリチャーハン わかめのスープ チーズダッカルビ ぶどう	○	ちりめんじゃこ わかめ とうふ こんぶ かつおぶし とりこ チーズ ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ ごまあぶら あぶら さとう さつまいも	たけのこ ながねぎ にんじん にんにく たまねぎ キャベツ はくさいキムチ ぶどう	17日(水)スタミナみそ汁 豚肉・にら・大根・にんにくな どを使用した味噌汁です。豚 肉とにんにくパワーで、疲労回 復をしてくれます。
12	金	タコライス(むぎごはん・ソース・ おにく・ポイルキャベツ) もずくスープ	○	チーズ ぶたにく だいず もずく とうふ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら さとう	ホールトマト レモン キャベツ たまねぎ こまつな ながねぎ	
16	火	カレーうどん ひじきに おからときなこのドーナツ	○	ぶたにく かつおぶし こんぶ ひじき あぶらあげ うちまめ きなこ おから ぎゅうにゅう たまご	うどん さとう でんぶん あぶら こむぎこ バター	ほししいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな	24日(水)秋の香りご飯 さつまいも、しめじ、鶏肉、にん じんが入った炊き込みご飯で す。秋を感じられるご飯です。
17	水	むぎごはん スタミナみそじる いのかからあげねぎソース きりぼしだいこんのいために	○	ぶたにく あぶらあげ みそ かつおぶし こんぶ いか ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ ごまあぶら でんぶん あぶら ごま さとう	だいこん にら えのきたけ にんにく ながねぎ きりぼしだいこん にんじん こまつな	
18	木	ガーリックパン とりこ(の)トマトにこみ じゃがいもとひじきにのいための	○	とりにく きんときまめ ぶたにく ぎゅうにゅう	パン オリーブあぶら あぶら さとう こむぎこ じゃがいも	にんにく パセリ たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ ホールトマト さやいんげん	29日(月)さんまのかば焼き 油でカリッと揚げたさんまに甘 辛いタレをかけます。
19	金	むぎごはん すましじる まめこつくね きんぴらごぼう	○	とうふ かつおぶし こんぶ とりにく みそ ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ マヨネーズ パンこ あぶら こんにやく さとう ごま	えのきたけ だいこん こまつな たまねぎ にんじん えだまめ ホールコーン ごぼう	
22	月	スパゲッティホワイトソース キャベツとソーセージのソテー ぶどう	○	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム とりがら レバーソーセージ	スパゲッティ あぶら こむぎこ バター	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ こまつな ぶどう	29日(月)さんまのかば焼き 油でカリッと揚げたさんまに甘 辛いタレをかけます。
24	水	あきのかおりごはん すましじる とりのかからあげ だいこんとぶたにくのもの	○	こんぶ とりにく とうふ わかめ かつおぶし ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ あぶら さつまいも でんぶん さとう	にんじん しめじ ながねぎ えのきたけ しょうが にんにく だいこん こまつな	
25	木	ベジタブルピラフ まめとおしむぎのスープ オムレツソースかけ	○	えび しろいんげんまめ ペーコン とりがら たまご とりにく ぎゅうにゅう	こめ こめつむぎ あぶら おしむぎ じゃがいも マヨネーズ	にんじん ピーマン たまねぎ ホールコーン こまつな セロリ にんにく	29日(月)さんまのかば焼き 油でカリッと揚げたさんまに甘 辛いタレをかけます。
26	金	しょくパン キャロブクリーム ABCスープ ジャーマンポテト	○	ぎゅうにゅう たまご キャロブ なまクリーム とりにく ぶたがら とりがら レバーソーセージ	パン さとう こむぎこ でんぶん バター パスタ あぶら じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん ホールコーン こまつな しめじ にんにく パセリ	
29	月	あわごはん みそじる さんまのかば焼き あげボールとだいこんのもの	○	ぶたにく みそ かつおぶし こんぶ さんま あげボール ぎゅうにゅう	こめ もちあわ あぶら でんぶん こむぎこ さとう	えのきたけ にんじん ながねぎ こまつな しょうが だいこん えだまめ	29日(月)さんまのかば焼き 油でカリッと揚げたさんまに甘 辛いタレをかけます。
30	火	マーボー豆腐どん チャブチェ りんご	○	とうふ ぶたにく だいず みそ とりにく ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ ごまあぶら さとう でんぶん はるさめ ごま	ながねぎ たけのこ にんじん ほししいたけ にんにく しょうが こまつな たまねぎ りんご	

牛乳らん ○…牛乳 ヨ…ヨーグルト 麦…麦茶 ミ…ミカンジュース

※材料は全てを表示しているわけではありません。

月平均栄養価 エネルギー 608kcal たんぱく質 27.7g 脂質 22.5g