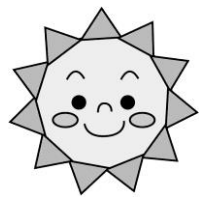


令和8年



8・9月 学校給食予定献立表

【荏原・青野】

井原市学校給食美星調理場

	献立名	主 な 材 料			中 止 校			
		体をつくるもとになる食品	体の調子をととのえるもとになる食品	体のエネルギーのもとになる食品				
8月 28（金）	夏野菜カレー 野菜ソテー みかんゼリー	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u>	にんにく <u>たまねぎ</u> <u>かぼちゃ</u> なす にんじん ピーマン トマト すりおろしりんご キャベツ こまつな とうもろこし	<u>こめ</u> サラダ油 みかんゼリー			
31（月）	ごはん ユーリンチー（鶏肉のから揚げねぎソースがらめ） 焼豚と野菜の炒め物 はるさめスープ	牛乳 牛乳	とりにく <u>ぶたにく</u>	しょうが りよくとうもやし キャベツ にんじん <u>たまねぎ</u> ほししいたけ	<u>こめ</u> ごま油 かたくり粉 揚げ油 三温糖 サラダ油 はるさめ			
9月 1（火）	ハンバーガー （パン・ハンバーグ・野菜） コンソメスープ	牛乳 牛乳	ハンバーグ ベーコン	キャベツ にんじん しめじ	ピーマン <u>たまねぎ</u> とうもろこし パセリ	パン かたくり粉 じゃがいも		
2（水）	コーンピラフ ミートボールと野菜のトマト煮 野菜のコンソメ炒め 冷凍パイ	牛乳 牛乳	合鴨ボール ウインナー	とうもろこし <u>たまねぎ</u> トマト さやいんげん マッシュルーム キャベツ こまつな パイナップル	グリンピース にんじん 赤ピーマン マッシュルーム	<u>こめ</u> じゃがいも 三温糖 サラダ油	美中2年	
3（木）	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 かきたま汁	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u> みそ とうふ	キャベツ <u>たまねぎ</u> りよくとうもやし すりおろしりんご	ピーマン にんじん にんにく しょうが えのきたけ ねぎ	<u>こめ</u> ごま油 三温糖 かたくり粉	美中2年	
4（金）	ごはん ししゃもフライ 野菜のカレー風味炒め 豚汁	牛乳 牛乳	ししゃもフライ <u>ぶたにく</u> みそ	キャベツ にんじん ごぼう	<u>たまねぎ</u> ピーマン だいこん ねぎ	<u>こめ</u> 揚げ油 サラダ油 こんにゃく さといも	美中2年	
7（月）	ハヤシライス 野菜とウインナーのコンソメ炒め	牛乳 牛乳	<u>ぎゅうにく</u> ウインナー	にんにく <u>たまねぎ</u> にんじん こまつな マッシュルーム グリンピース キャベツ とうもろこし	<u>こめ</u> じゃがいも 三温糖 サラダ油			
8（火）	パン 鶏肉と野菜のクリーム煮 キャベツのソテー いちごジャム小袋	牛乳 牛乳	とりにく ベーコン	<u>たまねぎ</u> マッシュルーム とうもろこし	にんじん キャベツ グリンピース りよくとうもやし	パン じゃがいも サラダ油 いちごジャム		
9（水）	ごはん 豚肉と野菜のキムチ炒め わかめスープ	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u> あつあげ わかめ	にんにく <u>たまねぎ</u> はくさいキムチ	キャベツ にんじん ねぎ にら えのきたけ	<u>こめ</u> ごま油 ごま	野上幼	
10（木）	みそラーメン 春巻き パプリカの香り炒め	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u> みそ ベーコン	にんにく にんじん メンマ とうもろこし ねぎ 赤パプリカ しょうが	<u>たまねぎ</u> りよくとうもやし キャベツ チンゲンサイ	中華めん 三温糖 はるまき	ごま油 揚げ油	
11（金）	ごはん 鶏肉のピリ辛焼き じゃことチンゲンサイの炒め物 赤だし	牛乳 牛乳	とりにく ちりめん とうふ	しょうが チンゲンサイ えのきたけ	キャベツ にんじん だいこん ねぎ	<u>こめ</u> 三温糖 ごま油	かたくり粉	
14（月）	豆腐のそぼろ丼 玉ねぎのみそ汁	牛乳 牛乳	とりにく とうふ みそ	しょうが にんじん ほししいたけ	<u>たまねぎ</u> グリンピース だいこん ねぎ	<u>こめ</u> 三温糖	<u>むぎ</u>	
15（火）	パン ウインナーと野菜のケチャップ煮 ピーマンとコーンの炒め物	牛乳 牛乳	とりにく ウインナー	<u>たまねぎ</u> マッシュルーム キャベツ ピーマン	にんじん トマト さやいんげん とうもろこし	パン じゃがいも 三温糖 サラダ油	荏原小4年	
16（水）	ライスのえびソースかけ 鶏肉とたまねぎの炒め物 はちみつレモンゼリー	牛乳 牛乳	えび とりにく	<u>たまねぎ</u> グリンピース キャベツ	にんじん マッシュルーム とうもろこし	<u>こめ</u> サラダ油 はちみつレモンゼリー		
17（木）	ごはん 鶏肉と大豆のみそがらめ いんげんとキャベツのおかか和え	牛乳 牛乳	とりにく みそ とうふ わかめ	キャベツ にんじん さやいんげん	ねぎ <u>たまねぎ</u> えのきたけ	<u>こめ</u> かたくり粉 小麦粉 揚げ油 三温糖	美星小5年	
18（金）	ごはん マーボー豆腐 中華和え	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u> とうふ みそ	にんにく しょうが ねぎ <u>たまねぎ</u> にんじん キャベツ たけのこ ほししいたけ りよくとうもやし	<u>こめ</u> ごま 三温糖 ごま油 かたくり粉	美星小5年		
24（木）	《お月見献立》 わかめうどん きんぴらごぼう 月見ゼリー（幼稚園・小学校） 月見だんご（中学校）	牛乳 牛乳	とりにく わかめ お月見かまぼこ かまぼこ	<u>たまねぎ</u> ほししいたけ ごぼう	にんじん ねぎ さやいんげん	うどん サラダ油 ゼリー（幼・小）	こんにゃく ごま油 三温糖 ごま だんご（中）	
25（金）	ごはん 鶏肉の梅マヨネーズ焼き たくあん和え さといものみそ汁	牛乳 牛乳	とりにく みそ	うめぼし にんじん <u>たまねぎ</u> ねぎ	キャベツ たくあん	<u>こめ</u> マヨネーズ 三温糖 さといも	荏原幼 青野幼	
28（月）	親子丼 野菜炒め	牛乳 牛乳	とりにく たまご ベーコン	しょうが とうもろこし <u>たまねぎ</u> にんじん ほししいたけ ねぎ キャベツ	<u>こめ</u> 三温糖 サラダ油 かたくり粉	<u>むぎ</u>	野上小5・6年 青野小5・6年	
29（火）	ごはん 肉じゃが キャベツの炒め物	牛乳 牛乳	<u>ぶたにく</u> あつあげ やきぶた	しょうが にんじん キャベツ	<u>たまねぎ</u> さやいんげん	<u>こめ</u> じゃがいも サラダ油	こんにゃく 三温糖	野上小5・6年 青野小5・6年 美星幼
30（水）	ごはん ハンバーグのバーベキューソースかけ 添え野菜 わかめのみそ汁	牛乳 牛乳	ハンバーグ わかめ	<u>たまねぎ</u> にんにく にんじん キャベツ ピーマン	すりおろしりんご とうもろこし ねぎ	<u>こめ</u> サラダ油	荏原幼	

※ 給食食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります。ご了承ください。 8.9月分 給食の栄養価

は地場産物(県内産含む)

日(曜日)	小学校基準量	8月28日(金)	31日(月)	9月1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)
エネルギー kcal	640	674	674	650	653	624	633	665	673	618	710
たんぱく質 g	28.8(20.4～31.6)	22.2	29.9	28.7	23.7	26.0	25.7	22.4	25.9	24.5	29.8
カルシウム mg	350	355	279	469	310	317	378	292	356	341	340
	11日(金)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	24日(木)	25日(金)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
	604	660	643	700	703	645	635	619	660	621	655
	29.7	26.5	24.7	24.9	28.3	27.6	26.2	23.7	28.7	22.2	336.6
	366	330	327	356	342	420	326	305	311	373	358

