

令和5年

8・9月学校給食予定献立表

井原市学校給食センター

日 曜	献 立 名	主 な 材 料			中 止 校		
		体をつくるものになる食品	体の調子をととのえるものになる食品	体のエネルギーのもとになる食品			
28(月)	夏野菜カレー 杏仁フルーツミックス	牛乳 ★牛乳	豚肉	にんにく かぼちゃ ★たまねぎ ★なす にんじん みかん・黄桃シロップ漬	★米 杏仁豆腐 ★麦 ゼリー	県小 出小 高幼 出幼	井小 高中 県幼
29(火)	焼き肉丼 冬瓜のみそ汁 *小魚	牛乳 ★牛乳	豚肉 わかめ 油揚げ みそ 小魚	たまねぎ しめじ キャベツ 赤ピーマン しょうが 冬瓜 ねぎ 干しいたけ にんじん	★米		
30(水)	コーンピラフ トマトオムレツ	牛乳 ★牛乳	トマトオムレツ ベーコン	とうもろこし グリンピース ★たまねぎ 赤ピーマン にんにく 大根 にんじん えだまめ	★米(コーンピラフ) じゃがいも		
31(木)	ごはん 大根のオイスターソース煮 浅漬 冷凍みかん	牛乳 ★牛乳	豚肉 厚揚げ	しょうが にんにく 大根 ★きゅうり しめじ いんげん にんじん つぼ漬 冷凍みかん	★米 三温糖		
1(金)	パン 鮭フライ *タルタルソース ミネストローネ	牛乳 ★牛乳	鶏肉 ウイナー	キャベツ にんじん にんにく たまねぎ しめじ パセリ とうもろこし マッシュルーム トマト水煮	パン 揚げ油 タルタルソース	出幼	
4(月)	ごはん 鶏肉のスタミナ焼き キャベツのごぶ漬けあえ わかめスープ	牛乳 ★牛乳	鶏肉 ウイナー わかめ	しょうが にんにく たまねぎ すりおろしりんご レモン果汁 キャベツ ごぶ漬け えのきたけ とうもろこし	★米 片栗粉 三温糖		
5(火)	ビーフストロガノフ ひじきサラダ	牛乳 ★牛乳	牛肉 生クリーム ひじき	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム キャベツ とうもろこし	★米 バター サラダ油 じゃがいも 三温糖 ごま		
6(水)	沖縄県の料理 ごはん ゴーヤチャンプルー かぼちゃのみそ汁 *練り梅(小中)	牛乳 ★牛乳	豚肉 豆腐 卵 かつおぶし みそ 油揚げ	練り梅(小中) しょうが ゴーヤ にんじん たけのこ 干しいたけ かぼちゃ 大根 ねぎ しめじ	★米 三温糖 ごま油	大小4年 西幼	高中2年 大幼
7(木)	かみかみ献立 五目あんかけラーメン 揚げぎょうざ かみかみあえ	牛乳 ★牛乳	鶏肉 豚肉 なると巻き ぎょうざ えび さきいか	しょうが にんにく たまねぎ もやし ねぎ 赤ピーマン 干しいたけ 花切大根 にんじん	中華めん 片栗粉 三温糖 ごま油 ごま 揚げ油	高中2年	
8(金)	ごはん 鯖の照り焼き *ひじきふりかけ	牛乳 ★牛乳	鯖 牛肉 ひじきふりかけ	しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ グリンピース	★米 じゃがいも 三温糖 こんにゃく	高中2年	
11(月)	ドライカレーサンド 野菜スープ	牛乳 ★牛乳	豚ミンチ ベーコン 大豆	にんにく しょうが たまねぎ グリンピース トマト水煮 にんじん キャベツ しめじ マッシュルーム	スライスパン パン粉 三温糖 ★じゃがいも		
12(火)	ごはん 親子煮 のり酢あえ *五目佃煮(小中)	牛乳 ★牛乳	鶏肉 高野豆腐 卵 ちりめん もみのり 五目佃煮(小中)	にんじん ★たまねぎ たけのこ グリンピース キャベツ 小松菜 ゆず果汁	★米 三温糖 ★じゃがいも	高小4年 芳中2年	
13(水)	浅口市の献立 ひじきごはん ネプトとじゃがいもの磯揚げ ばち汁	牛乳 ★牛乳	鶏肉 ネプト 青のり かまぼこ	にんじん しょうが 大根 ★たまねぎ ねぎ	★米(ひじきごはん) じゃがいも 揚げ油 そうめんばち こんにゃく	出小4年 芳中2年	井中2年 出幼
14(木)	ごはん 豆腐の中華炒め煮 手作り佃煮	牛乳 ★牛乳	豚肉 豆腐 ちりめん 塩昆布 かつおぶし 昆布	にんにく たまねぎ にんじん たけのこ いんげん もやし 干しいたけ	★米 ごま油 三温糖 片栗粉 ごま	井中2年	芳中2年
15(金)	牛丼 大根の酢の物 *昆布大豆(小中)	牛乳 ★牛乳	牛肉 かまぼこ わかめ 昆布大豆(小中)	たまねぎ 干しいたけ しめじ ごぼう ねぎ 大根 にんじん	★米 三温糖 ★麦	県小 井中2年	芳小4・5年
19(火)	えびクリームライス かぼちゃサラダ	牛乳 ★牛乳	えび ウイナー 生クリーム	★たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ かぼちゃ えだまめ レーズン	★米 マヨネーズ	大小 木中	県小6年 大幼
20(水)	ごはん チキンカツ *ケチャップ ごまじゃこあえ 大根のみそ汁	牛乳 ★牛乳	チキンカツ ちりめん 豆腐 油揚げ みそ	キャベツ もやし 大根 ★たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ	★米 ごま 三温糖 揚げ油	井小5年 木幼	高幼
21(木)	カレーうどん ツナサラダ	牛乳 ★牛乳	牛肉 かまぼこ ツナ	にんにく しょうが しめじ たまねぎ ねぎ キャベツ えだまめ にんじん	うどん 三温糖 ドレッシング	稲小6年 井小5年	西小6年 芳小6年
22(金)	秋の彼岸献立 ごはん 秋刀魚のかぼすレモン煮 即席あえ 沢煮椀 ☆おはぎ	牛乳 ★牛乳	豚肉 秋刀魚のかぼすレモン煮	キャベツ たくあん しょうが たけのこ ごぼう にんじん 干しいたけ ねぎ	★米 こんにゃく ごま おはぎ	稲小6年 西小6年	木小1~4年 芳小6年
25(月)	パン チキンソテー かぼちゃポタージュ *りんごジャム	牛乳 ★牛乳	鶏肉 ベーコン 生クリーム	たまねぎ にんじん えだまめ かぼちゃ	パン 三温糖 りんごジャム じゃがいも	井幼	出幼
26(火)	わかめごはん 豚肉のバーベキューソース炒め オクラのみそ汁	牛乳 ★牛乳	わかめ 豚肉 油揚げ みそ	もやし にんじん キャベツ ★たまねぎ レモン果汁 すりおろしりんご しょうが オクラ ねぎ しめじ	★米(わかめごはん) じゃがいも 三温糖	大小1~3年 芳幼	
27(水)	ふわふわ丼 辛子あえ *黒糖ビーンズ(小中)	牛乳 ★牛乳	鶏肉 卵 魚肉ソーセージ 黒糖ビーンズ(小中)	たまねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ いんげん	★米 ★麦 三温糖 ごま 片栗粉	県幼	木幼
28(木)	ごはん えびといかのチリソース煮 ナムル *ごまふりかけ	牛乳 ★牛乳	えび 厚揚げ いか ハム	たけのこ たまねぎ にんじん えだまめ 干しいたけ にんにく しょうが もやし チンゲン菜	★米 片栗粉 三温糖 ごまふりかけ	出小5年	芳幼
29(金)	十五夜の献立 五目ごはん 鰯の南蛮漬 ☆月見団子(小中) ☆月見ゼリー(幼)	牛乳 ★牛乳	鶏肉 油揚げ 鰯 豆腐 みそ	にんじん ごぼう 干しいたけ ★たまねぎ 赤ピーマン 大根	★米(五目ごはん) 三温糖 揚げ油 片栗粉 里芋 こんにゃく 月見団子(小中) 月見ゼリー(幼)	稲小1~4年 井小4年 芳小1~3年 井幼	西小1~3年 出小5年

※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。

★は地場産物(県内産含む)