

令和6年



学校給食予定献立表

赤磐市立東学校給食センター

| 日付       | 献立名   | 【赤】の食品<br>おもに体をつくる                  | 【緑】の食品<br>おもに体の調子を整える  | 【黄】の食品<br>おもにエネルギーのもとになる                                 | エネルギー<br>(kcal) | 家庭でとりたい食品  |
|----------|---|-------------------------------------|--|--|-----------------|------------|
| 8/28 (水) | 中華風つけめん 牛乳<br>とり肉のチリソース                     | 牛乳 ぶた肉<br>とり肉                       | きゅうり にんじん もやし<br>白ねぎ にんにく しょうが                                       | 中華めん さとう<br>油 でんぶん                                       | 小 744<br>中 895  | 緑黄色野菜      |
| 8/29 (木) | 黒とうパン 牛乳 チキンカチャトラ<br>イタリアンサラダ               | 牛乳 とり肉                              | にんにく たまねぎ にんじん<br>マッシュルーム トマト <b>ピーマン</b><br>キャベツ きゅうり とうもろこし        | パン ペンネ<br>さとう ドレッシング                                     | 小 662<br>中 816  | いも類        |
| 8/30 (金) | みそだれ焼肉どんぶり 牛乳<br>酢のもの                       | 牛乳 牛肉<br>みそ                         | りんご にんにく しょうが<br>たまねぎ にんじん キャベツ<br>しめじ ねぎ チンゲンサイ<br>もやし              | 米 麦<br>さとう はちみつ  | 小 611<br>中 729  | 魚介類        |
| 9/2 (月)  | ポークカレーライス 牛乳<br>フレンチサラダ                     | 牛乳 ぶた肉                              | にんにく たまねぎ にんじん<br>キャベツ えだまめ ブロッコリー                                   | 米 麦<br>じゃがいも<br>アレルギーフリーカレールー<br>ドレッシング                  | 小 664<br>中 789  | 大豆・大豆製品    |
| 3 (火)    | 《防災の日献立》<br>セルフおにぎり 牛乳 いわしのうめ煮<br>とん汁 冷凍ピーチ | 牛乳 わかめ<br>のり いわし<br>ぶた肉 みそ          | うめ にんじん だいこん<br>ごぼう ねぎ もも  | 米 麦<br>さつまいも さとう<br>でんぶん                                 | 小 668<br>中 788  | きのご類       |
| 4 (水)    | ミートボールスパゲッティ 牛乳<br>ポテトサラダ                   | 牛乳 あいがも肉<br>とり肉                     | にんにく たまねぎ にんじん<br>トマト マッシュルーム エリンギ<br>とうもろこし えだまめ<br>ノンエッグマヨネーズ      | ソフトめん 油 ラード<br>でんぶん さとう<br>アレルギーフリーハヤシルウ<br>じゃがいも ドレッシング | 小 718<br>中 863  | 大豆・大豆製品    |
| 5 (木)    | コッペパン 牛乳 てり焼きチキン<br>野菜ソテー フルーツポンチ           | 牛乳 とり肉<br>ベーコン                      | とうもろこし えのきたけ キャベツ<br>チンゲンサイ パイン缶 黄桃缶<br>りんごシロップづけ                    | パン 油<br>さとう ゼリー<br>じゃがいも                                 | 小 634<br>中 777  | 海藻類        |
| 6 (金)    | ピビンバ風 牛乳<br>あげ春まき ミルメーク                     | 牛乳 牛肉<br>ぶた肉 たまご                    | しょうが にんにく にんじん<br>もやし とうもろこし 白菜キムチ<br>ぜんまい チンゲンサイ たまねぎ<br>キャベツ 干しいたけ | 米 麦<br>油 さとう はるさめ<br>でんぶん 小麦粉 米粉<br>粉あめ ショートニング ミルメーク    | 小 672<br>中 812  | こざかな<br>小魚 |
| 9 (月)    | ごはん 牛乳 若どりのゆずこしょう焼き<br>赤だし ふりかけ             | 牛乳 とり肉<br>とうふ わかめ<br>みそ かつおぶし<br>のり | にんじん たまねぎ なめこ<br>ねぎ しそ うめ  | 米 麦<br>じゃがいも でんぶん<br>ごま さとう                              | 小 640<br>中 750  | 緑黄色野菜      |
| 10 (火)   | ねぎ塩ぶたどん 牛乳 和風サラダ<br>レモンムース                  | 牛乳 ぶた肉                              | しょうが キャベツ たまねぎ<br>しめじ カラピーマン ねぎ<br>こまつな もやし                          | 米 麦<br>油 でんぶん<br>ドレッシング ムース                              | 小 646<br>中 759  | いも類        |
| 11 (水)   | 肉ぶっかけうどん 牛乳<br>青じそあえ 和風きんぴらつつみ焼き(中のみ)       | 牛乳 牛肉<br>とり肉(中のみ)<br>ゼラチン(中のみ)      | しょうが たまねぎ にんじん<br>ねぎ チンゲンサイ キャベツ<br>もやし ごぼう(中のみ)                     | うどん さとう<br>ごま(中のみ)                                       | 小 604<br>中 800  | くだもの<br>果物 |
| 12 (木)   | コッペパン 牛乳 野菜のスープ煮<br>切干大根ときゅうりのサラダ はちみつマーガリン | 牛乳 ウインナー                            | だいこん にんじん たまねぎ<br>さやいんげん 切干大根<br>とうもろこし きゅうり                         | パン じゃがいも<br>さとう 油<br>マーガリン はちみつ                          | 小 617<br>中 745  | たまご<br>卵   |
| 13 (金)   | ごはん 牛乳 ぶたじゃが<br>きびなごのかりかりフライ 冷凍みかん          | 牛乳 ぶた肉<br>油あげ きびなご                  | たまねぎ にんじん えだまめ<br>しょうが みかん   | 米 麦<br>でんぶん 米粉パン粉<br>じゃがいも さとう<br>油                      | 小 763<br>中 906  | 緑黄色野菜      |
| 17 (火)   | そばろどんぶり 牛乳 とうふのみそ汁                          | 牛乳 たまご<br>みそ                        | しょうが えだまめ<br>えだまめ たまねぎ<br>ねぎ   | 米 麦<br>油 さとう<br>じゃがいも                                    | 小 642<br>中 766  | くだもの<br>果物 |
| 18 (水)   | 《お月見献立》<br>お月見うどん 牛乳 さといもコロッケ<br>お月見デザート    | 牛乳 とり肉<br>油あげ かまぼこ                  | にんじん たまねぎ しめじ<br>ねぎ  | うどん さといも<br>さとう 油<br>パン粉 小麦粉<br>大福(幼小) だんご(中)            | 小 738<br>中 831  | 大豆・大豆製品    |
| 19 (木)   | コッペパン 牛乳 ハンバーグケチャップソース<br>そえ野菜 コンソメスープ      | 牛乳 ぶた肉<br>とり肉 ベーコン                  | ブロッコリー にんじん たまねぎ<br>えのきたけ チンゲンサイ                                     | パン さとう<br>でんぶん じゃがいも                                     | 小 627<br>中 783  | 魚介類        |
| 20 (金)   | 《お彼岸献立》<br>はぎの花ごはん 牛乳 さばのてり焼き<br>みそ汁        | 牛乳 さば<br>油あげ みそ                     | えだまめ しょうが たまねぎ<br>にんじん ごぼう だいこん<br>ねぎ                                | 米 もち米<br>小豆 さとう  | 小 689<br>中 816  | 種実類        |
| 24 (火)   | ごはん 牛乳 あじの南蛮づけ<br>すまし汁 味つけのり                | 牛乳 あじ<br>かまぼこ のり                    | カラピーマン たまねぎ にんじん<br>えのきたけ ねぎ   | 米 麦<br>でんぶん 油<br>さとう                                     | 小 606<br>中 716  | いも類        |
| 25 (水)   | ソフトめん肉みそあんかけ 牛乳<br>中華あえ                     | 牛乳 ぶた肉<br>大豆 みそ                     | にんにく しょうが たまねぎ<br>にんじん たけのこ きくらげ<br>えだまめ キャベツ きゅうり                   | ソフトめん さとう<br>油 でんぶん<br>ドレッシング                            | 小 639<br>中 764  | くだもの<br>果物 |
| 26 (木)   | ホットドッグ 牛乳<br>野菜スープ                          | 牛乳 とり肉<br>ウインナー                     | キャベツ にんじん たまねぎ<br>とうもろこし しめじ こまつな                                    | パン   | 小 602<br>中 707  | いも類        |
| 27 (金)   | しょうがいためどんぶり 牛乳<br>からしあえ 一口みかんゼリー            | 牛乳 ぶた肉                              | しょうが たまねぎ にんじん<br>しめじ ねぎ もやし<br>きゅうり                                 | 米 麦<br>じゃがいも さとう<br>油 ゼリー                                | 小 631<br>中 750  | 海藻類        |
| 30 (月)   | ごはん 牛乳 マーボー厚あげ<br>ゆずあえ                      | 牛乳 ぶた肉<br>厚あげ みそ<br>かつおぶし           | しょうが たまねぎ にんじん<br>ほしいたけ たけのこ ねぎ<br>キャベツ とうもろこし ゆず果汁                  | 米 麦<br>さとう 油<br>でんぶん                                     | 小 657<br>中 787  | 種実類        |

赤磐市でとれた「米、もち米、ピーマン」を使う予定です。  
赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品目以上使用した日について【あかいわの日】としています。