



日付	献立名	【赤】の食品 おもに体をつくる	【緑】の食品 おもに体の調子を整える	【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる	エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
8/28 木	コッペパン 牛乳 カレーグラタン コンソメスープ	牛乳 牛肉 チーズ ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん トマト水煮 なす ピーマン カレーピーマン パセリ キャベツ マッシュルーム 小松菜	コッペパン 油 アレルギーフリー-カレーウ マカロニ	小 682 中 841	大豆 大豆製品
8/29 金	鶏飯 牛乳 ツナのみそマヨネーズ焼き いもけんぴバリッシュ	牛乳 たまご とり肉 のり ツナフレーク みそ かたくちいわし	にんじん 干しいたけ つぼづけ しょうが ねぎ たまねぎ えだ豆	米 麦 さとう じゃがいも ノエッグマヨネーズ 油 さつまいも 水あめ	小 675 中 805	青菜
9/1 月	セルフおにぎり こんぶつくだ煮 牛乳 肉じゃが ゆかりあえ	牛乳 のり こんぶ ぶた肉 油あげ	たまねぎ にんじん こんにやく えだ豆 小松菜 赤しそ	米 麦 じゃがいも さとう	小 667 中 793	くだもの
2 火	チキンライス 牛乳 ぶたしゃぶサラダ 一口ピーチゼリー	牛乳 とり肉 ウインナー ぶた肉	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム 赤ピーマン きゅうり キャベツ もやし	米 麦 油 さとう 和風たまねぎドレッシング 一口ピーチゼリー	小 660 中 736	大豆 大豆製品
3 水	ソフトめん肉みそあんかけ 牛乳 中華サラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉 みそ	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ ピーマン チンゲンサイ もやし たらこ とうもろこし	ソフトめん さとう でんぷん 塩中華ドレッシング	小 622 中 737	いも類
4 木	コッペパン 牛乳 照り焼きハンバーグ レンティルスープ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	コッペパン でんぷん さとう 油 レンズ豆	小 632 中 789	くだもの
5 金	ごはん 牛乳 さけフライ そえ野菜 茎わかめの炒め煮	牛乳 さけ 牛肉 茎わかめ さつまあげ	にんじん れんこん ごぼう いんげん こんにやく	米 麦 パン粉 こむぎこ でんぷん 油 ノエッグタルソース ごま油	小 704 中 833	こざかな 海そう
8 月	ごはん 牛乳 マーボー厚あげ 花野菜の甘酢あえ	牛乳 ぶた肉 厚あげ みそ	しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ たけのこ ねぎ ブロッコリー カリフラワー	米 麦 ごま油 さとう でんぷん	小 722 中 868	いも類
9 火	ジュシー 牛乳 ハムステーキ もずくスープ 冷凍バイン	牛乳 ぶた肉 こんぶ 平天 ハム とり肉 とうふ もずく	干しいたけ ねぎ にんじん もやし チンゲンサイ パイナップル	米 麦 油	小 634 中 744	くだもの
10 水	肉ぶっかけうどん 牛乳 青じそあえ レモンムース	牛乳 牛肉	しょうが たまねぎ ねぎ にんじん もやし きゅうり 青じそ	うどん さとう レモンムース	小 650 中 796	大豆 大豆製品
11 木	コッペパン 牛乳 タンドリーチキン こふきいも 野菜スープ	牛乳 とり肉 ベーコン	にんにく しょうが レモン汁 パセリ キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのき	コッペパン オリーブ油 じゃがいも	小 643 中 782	こざかな 海そう
12 金	まぜそば丼 牛乳 さわやか漬け	牛乳 とり肉 たまご こんぶ	しょうが 干しいたけ にんじん こんにやく えだ豆 キャベツ こまつな レモン果汁	米 麦 油 さとう	小 678 中 813	色の濃い野菜
16 火	ごはん 牛乳 さばの照り焼き みそ汁 海の五目つくだ煮	牛乳 さば 油あげ みそ かつおぶし こんぶ わかめ のり	たまねぎ にんじん だいこん しめじ ねぎ ひじき 寒天	米 麦 さとう 水あめ	小 723 中 848	くだもの
17 水	【桜が丘中学校3年生作成献立】 冷やし中華 牛乳 あげ春巻き フルーツポンチ	牛乳 とり肉 豆乳	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ しょうが パインシロップ漬け 黄桃シロップ漬け りんご サイダー	中華めん さとう ごま油 油 米粉 こむぎこ ショートニング はるさめ でんぷん	小 722 中 890	赤身の肉
18 木	セルフウインナーサンド 牛乳 ポトフ	牛乳 ウインナー とり肉 ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー	コッペパン じゃがいも	小 676 中 800	こざかな 海そう
19 金	みそだれ焼肉丼 牛乳 きゅうりのポン酢あえ こざかな	牛乳 牛肉 みそ かたくちいわし	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン しめじ りんご きゅうり だいこん レモン果汁	米 麦 油 さとう はちみつ 水あめ	小 643 中 764	さかな
22 月	ごはん 牛乳 がんもどきのふくめ煮 たくあんあえ	牛乳 とり肉 がんもどき ちくわ かつおぶし	にんじん れんこん ごぼう こんにやく いんげん キャベツ たくあん すだち果汁	米 麦 じゃがいも さとう	小 639 中 750	青菜類
24 水	ミートボールスパゲティ 牛乳 ポテトサラダ	牛乳 ベーコン 合鴨肉 とり肉	にんにく たまねぎ にんじん トマト水煮 マッシュルーム エリンギ トマトピューレ きゅうり カレーピーマン とうもろこし	ソフトめん 油 でんぷん アレルギーフリー-ハヤシルウ じゃがいも フレンチドレッシング ノエッグマヨネーズ	小 698 中 838	大豆 大豆製品
25 木	コッペパン 牛乳 さわらのエスカベッシュ ジュリアンスープ はちみつ&マーガリン	牛乳 さわら ベーコン	カレーピーマン たまねぎ パセリ にんじん キャベツ えのき アスパラガス	コッペパン でんぷん 油 さとう じゃがいも はちみつ マーガリン	小 634 中 766	こざかな 海そう
26 金	ビビンバ風 牛乳 だいこんのピリッとづけ	牛乳 牛肉 みそ たまご	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ ぜんまい チンゲンサイ だいこん	米 麦 さとう ごま油	小 620 中 740	いも類
29 月	ごはん 牛乳 とり肉のゆずこしょう焼き 赤だし 野菜ふりかけ	牛乳 とり肉 みそ わかめ	たまねぎ にんじん だいこん なめこ ねぎ 広島菜 京菜 大根葉 赤しそ かぼちゃ	米 麦 さとう かつおぶし 油	小 609 中 716	くだもの
30 火	【桜が丘中学校3年生作成献立】 ごはん 牛乳 ホイコーロウ 中華風あえもの あんにんどうふ	牛乳 ぶた肉 みそ	しょうが にんにく にんじん キャベツ こんにやく ピーマン エリンギ たらこ もやし だいこん	米 麦 ごま油 さとう でんぷん あんにんどうふ	小 652 中 763	大豆 大豆製品

※給食物資の供給等の理由で予告なく献立が変更になることがありますので、ご了承ください。※給食で使用する米はすべて赤磐市産です。