

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 (金)	ごはん 牛乳 ぎょうつげ そえ野菜 みそ汁 ふりかけ	牛乳 いとよだい とり肉 たまご ひじき チーズ 油あげ みそ わかめ	にんじん たまねぎ とうもろこし ブロッコリー えのきたけ 大根 ねぎ 赤じそ	米 麦 パン粉 でん粉 油 タビオカ粉 さとう	小 820 中	いも類
31 (月)	ガーリックピラフ 牛乳 ミートグラタン 野菜スープ	牛乳 ツナ ぶた肉 大豆ミート チーズ ベーコン	にんにく たまねぎ ピーマン パセリ しょうが なす にんじん トマト水煮 えのきたけ キャベツ こまつな	米 麦 油 さとう マカロニ パン粉	小 853 中	こざかな かいそうるい 小魚・海藻類
9/1 (火)	チキンカレーライス 牛乳 マーマレードサラダ	牛乳 とり肉	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし えだ豆	米 麦 アレルゲンフリーカレールー じゃがいも マーマレード 油 さとう	小 663 中 768	ぎょかいるい 魚介類
2 (水)	肉ぶつかけうどん 牛乳 青じそあえ ぶどうゼリー	牛乳 牛肉	しょうが たまねぎ えのきたけ 大根 ねぎ もやし チンゲンサイ にんじん 青じそ	うどん さとう 青じそドレッシング ぶどうゼリー	小 620 中 723	だいず 大豆・ だいずせいひん 大豆製品
3 (木)	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ キャベツとパプリカのマリネ	牛乳 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム えだ豆 キャベツ ブロッコリー カラビーマン	コッペパン 油 さとう じゃがいも オリーブオイル	小 609 中 737	くだもの 果物
4 (金)	【磐梨中学校作成献立】 キムチチャーハン 牛乳 とり肉のからあげ ナムル フルーツポンチ	牛乳 焼きぶた とり肉 豆乳 寒天	にんにく にんじん はくさいキムチ ねぎ もやし こまつな パイン 黄もも りんご ぶどう果汁 こんにやくシロップ 漬け とうがんシロップ 漬け	米 麦 ごま油 油 チョレギドレッシング さとう でん粉	小 651 中 787	きのこ類
7 (月)	セルフおにぎり 牛乳 ししやもの酢炒り じゃがいものそぼろ煮	牛乳 のり かつおぶし ししやも ぶた肉 さつまあげ	青菜 とうもろこし たまねぎ うめ かぼちゃ ほうれんそう ねぎ しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん	米 麦 さとう 油 じゃがいも でん粉	小 659 中 777	しゅじつるい 種実類
8 (火)	ごはん 牛乳 こんにやく入りホイコーロウ 香味あえ	牛乳 ぶた肉 みそ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ こんにやく エリンギ たけのこ ねぎ 白ねぎ チンゲンサイ もやし とうもろこし	米 麦 油 さとう ごま油 でん粉	小 611 中 706	いも類
9 (水)	中華風つけめん 牛乳 ちくわとごぼうの甘辛 冷凍みかん	牛乳 焼きぶた うるめいわし さばぶし かつおぶし ちくわ	きゅうり もやし にんじん ごぼう しょうが えだ豆 みかん	中華めん さとう ごま油 でん粉 油	小 719 中 844	りょくおうしよくやさい 緑黄色野菜
10 (木)	【前田市長のおすすめ腸がよろこぶ給食】 はいがパン 牛乳 タンドリーチキン ごぼうサラダ もち麦スープ	牛乳 とり肉 ベーコン	にんにく しょうが レモン果汁 ごぼう キャベツ えだ豆 たまねぎ にんじん えのきたけ 大根 こまつな	はいがパン オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ もち麦	小 719 中 868	こざかな 小魚・ かいそうるい 海藻類
11 (金)	ねぎ塩ぶたどん 牛乳 ポン酢あえ チーズ	牛乳 ぶた肉 チーズ	しょうが たまねぎ きくらげ キャベツ カラビーマン 白ねぎ ねぎ きゅうり 大根 レモン果汁	米 麦 油 さとう ごま油 でん粉	小 616 中 750	ぎょかいるい 魚介類
14 (月)	ごはん 牛乳 さけの塩焼き 茎わかめのいため煮	牛乳 さけ 牛肉 くきわかめ さつまあげ	にんじん れんこん ごぼう こんにやく さやいんげん	米 麦 ごま油 さとう	小 644 中 746	あおな 青菜
15 (火)	【桜が丘中学校作成献立】 わかめごはん 牛乳 とり肉のてり焼き うま塩キャベツ とん汁	牛乳 わかめ とり肉 こんぶ ぶた肉 みそ	しょうが キャベツ こまつな ごぼう たまねぎ こんにやく にんじん 大根 ねぎ	米 麦 ごま油	小 656 中 755	いも類
16 (水)	【桜が丘中学校作成献立】 ミートボールスパゲッティ 牛乳 ポテトサラダ 豆乳プリンタルト	牛乳 あいがも肉 とり肉 ラード	にんにく たまねぎ にんじん トマト水煮 エリンギ マッシュルーム とうもろこし きゅうり	ソフトめん 油 でん粉 さとう アレルゲンフリーハヤシルウ ノンエッグマヨネーズ じゃがいも フレンチドレッシング 豆乳プリンタルト	小 771 中 892	だいずせいひん 大豆製品
17 (木)	黒とうパン 牛乳 ささみカツ そえ野菜 コンソメスープ	牛乳 ささみ ベーコン 大豆	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん マッシュルーム こまつな	黒とうパン 油 ノンエッグタルタルソース じゃがいも でん粉 米粉 さとう	小 613 中 740	ぎょかいるい 魚介類
18 (金)	ビビンバ風そぼろどん 牛乳 大根のピリッとづけ	牛乳 牛肉 たまご みそ	しょうが にんにく にんじん もやし えのきたけ ぜんまい チンゲンサイ 大根 カラビーマン	米 麦 さとう ごま油	小 627 中 725	にゅうせいひん 乳製品・ かいそう 海藻
24 (木)	【幼小】月見バーガー 【中】チーズ月見バーガー 牛乳 ミネストローネ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ラード たまご ウインナー 大豆 チーズ ※中のみ	キャベツ たまねぎ にんじん トマト水煮 マッシュルーム ブロッコリー	コッペパン でん粉 さとう 油 フレンチドレッシング ノンエッグマヨネーズ	小 707 中 928	いも類
25 (金)	【お月見献立】 すき焼き風たきこみごはん 牛乳 さといもクロquette すまし汁 お月見デザート	牛乳 牛肉 とり肉 かまぼこ わかめ	にんじん しめじ 白ねぎ たまねぎ えのきたけ ねぎ	米 麦 油 さとう 里いも でん粉 パン粉 小麦粉 幼:ゼリー 小中:大福	小 736 中 863	ぎょかいるい 魚介類・ たまご 卵
28 (月)	【あかいわの白】 ごはん 牛乳 黒酢鶏 中華あえ	牛乳 とり肉 わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン もやし 大根	米 麦 油 さとう でん粉 塩中華ドレッシング	小 703 中 816	あおな 青菜
29 (火)	【素材を大切に給食の日】 ごはん 牛乳 さばのカレー塩こうじ焼き 肉吸い	牛乳 さば 牛肉 とうふ	ごぼう 大根 にんじん 白ねぎ ねぎ	米 麦 きびさとう	小 626 中 722	りょくおうしよくやさい 緑黄色野菜
30 (水)	とろろ昆布うどん 牛乳 からしマヨネーズあえ お茶めな大豆	牛乳 とり肉 かまぼこ 油あげ こんぶ 大豆	たまねぎ にんじん なめこ ねぎ キャベツ とうもろこし ブロッコリー	うどん 油 ノンエッグマヨネーズ きびさとう	小 618 中 722	しゅじつるい 種実類

※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。赤磐市でとれた「米、きゅうり、たまねぎ、ピーマン」を使う予定です。
 ※24日のめだま焼きは、製品の加工の仕方です半熟風に見えますが、給食センターではしっかり加熱し中心部が90℃以上になっていることを確認して提供しています。
 ※29日は「素材を大切に給食の日」です。加工品を控え、食材のもち味を生かした給食です。調味料もできるだけシンプルなものを選んで作っています。

