



令和8年 8・9月

学校給食予定献立表

赤磐市立吉井学校給食センター

日付		献立名	【赤】のなかま	【緑】のなかま	【黄】のなかま	エネルギー (kcal)	家庭で とりたい 食品			
			主に体をつくる	主に体の調子を整える	主にエネルギーとなる					
★	8/28	(金)	コッペパン 牛乳 手作りハンバーグ フレンチサラダ 豆乳コーンポタージュ	牛乳 ぶた肉 大豆 豆乳 牛肉 たまご とり肉	たまねぎ きゅうり にんじん とうもろこし キャベツ カラーピーマン マッシュルーム パセリ	パン でんぶん さとう 油 パン粉 ハヤシルウ じゃがいも	小： ー 中： 831	海そう類		
★	8/31	(月)	カレーピラフ 牛乳 とり肉のレモンバジル焼き コンソメスープ ひとくちゼリー(洋梨)	牛乳 とり肉 牛肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ とうもろこし マッシュルーム ピーマン にんにく レモン ブロッコリー えのきたけ キャベツ	米 オリーブオイル 麦 じゃがいも 油 洋なしゼリー	小： ー 中： 722	骨ごと食べられる小魚		
★	1	(火)	冷やし中華(たまご・やさい・スープ) 牛乳 ゴーヤとぶた肉の甘辛あげ ぶどう	牛乳 ハム ぶた肉	にんじん たまご わかめ キャベツ ピーマン ゴーヤ しょうが	中華めん でんぶん 油 さとう ごま	小： 650 中： 767	豆、豆製品		
★	2	(水)	ツナそぼろ丼 牛乳 高野豆腐のみそ汁 ふくふく豆	牛乳 ツナ わかめ きなこ 大豆 高野豆腐 みそ	しょうが とうもろこし たまねぎ にんじん えだまめ 干しいたけ	米 ごま油 麦 じゃがいも 焼きふ さとう	小： 648 中： 768	青菜類 葉菜類		
★	3	(木)	ごはん 牛乳 肉団子のすだ風 きゅうりの中華あえ マンゴープリン	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ たけのこ 干しいたけ キャベツ ピーマン チンゲンサイ きゅうり しょうが	米 麦 パン粉 でんぶん 油 さとう ごま ごま油 マンゴープリン	小： 639 中： 750	海そう類		
★	4	(金)	セルフカツサンド(ポークカツ・ボイル野菜・とんかつソース) 牛乳 夏野菜のいりどりスープ	牛乳 ベーコン	ぶた肉 キャベツ にんじん ズッキーニ いんげん	きゅうり たまねぎ とうもろこし	パン パン粉 油	小： 628 中： 780	赤身の魚	
★	7	(月)	ごはん 牛乳 タッカルビ 大根のナムル ぶどうゼリー	牛乳 くわわかめ	とり肉 にんにく にんじん にら	しょうが しょうが しょうが キャベツ しめじ たまねぎ だいこん きゅうり	米 さとう さとう ごま油 油	麦 でんぶん さつまいも ぶどうゼリー	小： 639 中： 752	緑黄色野菜
★	8	(火)	しょうゆラーメン 牛乳 手作り海鮮しゅうまい 中華あえ	牛乳 なると イトヨリダイ	ぶた肉 わかめ とり肉	にんにく しょうが しょうが キャベツ たけのこ ねぎ えだまめ こまつな きゅうり	中華めん でんぶん さとう 小麦粉 さとう	小： 612 中： 723	いも類	
★	9	(水)	とうもろこしごはん 牛乳 鮭のレモンあえ かぼちゃのみそ汁	牛乳 さけ みそ	わかめ あつあげ	とうもろこし えだまめ レモン かぼちゃ たまねぎ しめじ ねぎ	米 麦 じゃがいも でんぶん 油 さとう	小： 655 中： 760	青菜類 葉菜類	
★	10	(木)	ごはん 牛乳 とり肉の和風パン粉焼き じゃがいもの塩こうじ炒め あかもくつみれのすまし汁	牛乳 あかもく イトヨリダイ ぶた肉	とり肉 すけそうたら わかめ	青しそ にんじん しょうが たまねぎ えのきたけ ねぎ	米 パン粉 麦 じゃがいも 油	小： 680 中： 811	骨ごと食べられる小魚	
★	11	(金)	黒糖パン 牛乳 チリコンカン あまなつのサラダ	牛乳 ぶた肉 大豆	牛肉 ひよこ豆	にんじん たまねぎ トマト トマトピューレ マッシュルーム ピーマン きゅうり キャベツ あまなつ	黒糖パン さとう 麦 油 じゃがいも	小： 629 中： 768	種実類	
★	14	(月)	ルーロー飯 牛乳 大根のスープ いもけんぴバリッシュ	牛乳 うずらたまご かたくちいわし	ぶた肉 とり肉	にんにく しょうが たけのこ たまねぎ にんじん だいこん えのきたけ ねぎ	米 でんぶん さとう	麦 油 さつまいも	小： 625 中： 741	海そう類
★	15	(火)	ソフトめんトマトソースかけ 牛乳 じゃがいものチーズガレット 冷凍みかん	牛乳 とり肉 チーズ	ベーコン ハム	にんじん しょうが えのきたけ にんにく トマト トマトピューレ みかん	ソフトめん ハヤシルウ さとう	オリーブオイル 麦 じゃがいも	小： 691 中： 821	豆、豆製品
★	16	(水)	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き しそひじきあえ 赤だしみそ汁	牛乳 ひじき とうふ	さんま わかめ みそ	しょうが しょうが こまつな しそ たまねぎ だいこん 干しいたけ ねぎ	米 麦 でんぶん 油 さとう	小： 630 中： 738	いも類	
★	17	(木)	ごはん 牛乳 マーボーなす チンゲンサイのあえもの	牛乳 とうふ	ぶた肉 みそ	しょうが しょうが 干しいたけ にんにく ねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ	米 油 でんぶん ごま油 さとう	小： 615 中： 727	魚介類	
★	18	(金)	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 ごぼう にんじん きゅうり キャベツ もやし ブロッコリー	はいがパン さとう もち麦	オリーブオイル 麦 ごま油 じゃがいも	小： 659 中： 808	豆、豆製品	
★	24	(木)	萩の花ごはん 牛乳 あじフライ けんちん汁	牛乳 あじ 油あげ	小豆 とうふ	えだまめ しょうが にんじん だいこん しめじ ねぎ	米 小麦粉 油 さといも	麦 パン粉 ごま油	小： 607 中： 725	青菜類 葉菜類
★	25	(金)	コッペパン 牛乳 なすのミートグラタン お月見スープ 十五夜ゼリー	牛乳 大豆 チキンウインナー	ぶた肉 チーズ かまぼこ	たまねぎ トマト なす トマトピューレ ピーマン とうもろこし キャベツ	パン じゃがいも ハヤシルウ 十五夜ゼリー(みかんゼリー)	小： 627 中： 758	種実類	
★	28	(月)	カレーピラフ 牛乳 とり肉のレモンバジル焼き コンソメスープ	牛乳 とり肉	牛肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン レモン ブロッコリー えのきたけ キャベツ	米 オリーブオイル 油	麦 じゃがいも	小： 616 中： ー	骨ごと食べられる小魚
★	29	(火)	ぶっかけうどん 牛乳 ぶた肉のおろしポン酢あえ そえ野菜(ごまドレッシング)	牛乳 かまぼこ	油あげ ぶた肉	にんじん しょうが 干しいたけ だいこん しょうが キャベツ とうもろこし	うどん ごまドレッシング さとう	小： 628 中： 743	くだもの	
★	30	(水)	ごはん 牛乳 きびなごのからあげ かぼちゃの含め煮 切干大根のはりはり漬け	牛乳 とり肉 油あげ	きびなご 昆布	しょうが かぼちゃ にんじん	米 でんぶん きびさとう ごま	麦 油 じゃがいも ごま油	小： 663 中： 770	たまご

※給食物資の供給状況により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。なお使用食材について、詳しい内容をお知りになりたい場合は吉井学校給食センターまでおたずねください。
☆赤磐市の給食センターでは、赤磐市産の食材を3つ以上使用した日を【あかいわの日(★)】としています。(太字の食材は赤磐市産)

☆今月の給食にでる旬のたべもの☆

えだまめ かぼちゃ きゅうり
なす ピーマン ぶどう さんま
きのこ さつまいも さといも

