



8.9月 がっこうきゅうしょくよていひょう)



2023.8 本渡学校給食センター

日付	主食	牛乳	おかず	主な材料					
				あか	きいろ	みどり			
				ちやくやくほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしきとこのえる			
29 (火)	ごはん		はっしゅどびーふ かいそうさらだ とうにゅうむーず	牛乳 豚肉 とりささみ	牛肉 海藻 豆乳	米 じゃがいも ハヤシルー	麦 しめじ にんじん グリーンピース キャベツ	たまねぎ マッシュルーム きゅうり	
30 (水)	かっとまるぼん		ひらめんすーぶ てりやきばてい そえさらだ	牛乳 わかめ 鶏肉	豚肉 ちくわ	丸パン ごま油	クイッティオ 小麦粉	にんじん にら キャベツ コーン	たまねぎ きくらげ きゅうり
31 (木)	ごはん		かきたますーぶ ちくわのいそべあげ ゆかりあえ	牛乳 豆腐 卵	鶏肉 かまぼこ ちくわ (かつお・こんぶ)	米 小麦粉 ふりかけ	麦 さとう	しいたけ にんじん 青ネギ きゅうり	えのきたけ たまねぎ キャベツ ゆかり
1 (金)	びびんば		ちげすーぶ やきちぢみ こまいそえ	牛乳 豚肉 きざみのり	焼き豆腐 チヂミ 卵	米 ごま さとう	麦 ごま油 小麦粉	山菜 にんじん ぶなしめじ きゅうり	白菜キムチ ちんげん菜 キャベツ にら きくらげ もやし
4 (月)	ごはん		はるさめすーぶ れんこんつくね ほうれんそうのひじきあえ	牛乳 ちくわ 鶏肉	豚肉 ひじき 大豆	米 はるさめ 小麦粉	麦 ごま油	にんじん たまねぎ ほうれん草 枝豆	しめじ ねぎ もやし れんこん
5 (火)	ごはん		かぼちゃのみそしる さけふらい おかかあえ	牛乳 わかめ さけ かつお節	油揚げ みそ (にぼし)	米 油 小麦粉	麦 さとう パン粉	栗かぼちゃ たまねぎ キャベツ ふくじん酒	にんじん もやし きゅうり
6 (水)	にんじんぼん		こーんみるくすーぶ とまとおむれつ こんにやくかんてんさらだ	牛乳 豚肉 とりささみ	ベーコン 卵	人参パン ポタージュ 小麦粉	じゃがいも こんにやく	たまねぎ ほうれん草 コーン	にんじん トマト コーン
7 (木)	ごはん		うおそうめんじる とりのてりやき かみかみさらだ	牛乳 鶏肉	魚そうめん 豆腐 豆 (にぼし)	米 ごま	麦	にんじん たまねぎ れんこん	小松菜カット きゅうり
8 (金)	わかめごはん		のっぺいじる いわしのおかか さらたまちゃんあえ	牛乳 鶏肉 厚揚げ いわし	わかめご飯の素 こんにやく (にぼし) ハム	米 さといも こんにやく	麦 澱粉	青ネギ たまねぎ キャベツ	にんじん きゅうり コーン
11 (月)	ごはん		わかめすーぶ やきぎょうざ ちゅうかあえ	牛乳 わかめ 豆腐 卵	鶏肉 かまぼこ 豚肉 とりささみ	米 いりごま白 さとう	麦 ごま油 小麦粉	たまねぎ きゅうり キャベツ にんにく	えのきたけ もやし にら 生姜
12 (火)	ごはん		だいすのいそに とりのてんぶら おくらのあえもの	牛乳 ひじき 厚揚げ 卵	鶏肉 大豆 天ぷら ちくわ	米 じゃがいも さとう 小麦粉	麦 こんにやく	にんじん きゅうり オクラ うめ	いんげん キャベツ 大葉
13 (水)	しよくぼん		かぼちゃのくりーむに やさしいころけ つなさらだ	牛乳 豚肉	鶏肉 ツナ	米 じゃがいも ポタージュ 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ	麦 さとう	栗かぼちゃ 人参ジュ 枝豆 ごぼう	たまねぎ マッシュルーム きゅうり じゃがいも
14 (木)	ごはん		やさいとひきにのすーぶ いわしうめに こんぶあえ	牛乳 豚ひき肉 塩昆布	かまぼこ いわし	米 はるさめ さとう	麦 ごま油	ちんげん菜 にんじん キャベツ うめ	たまねぎ きくらげ きゅうり
15 (金)	ごはん		もずくすーぶ わかどりのひかた じゃこさらだ	牛乳 もずく ちくわ	鶏肉 卵 豆腐 ちりめん (かつお・こんぶ)	米 ごま 小麦粉	麦 パン粉	たまねぎ 青ネギ キャベツ コーン	にんじん えのきたけ きゅうり
19 (火)	ぶちまるごはん		しらたまだんごじる いわしばーく れんこんさらだ	牛乳 ちくわ かつお節 ツナ	鶏肉 昆布 いわし 卵 (かつお・こんぶ)	ぶちまる麦 団子粉	米 さといも ノンエッグマヨネーズ	にんじん 小松菜 れんこん コーン	ごぼう きゅうり 青ねぎ 枝豆 きくらげ
20 (水)	ここあぼん		こんそめすーぶ くりすびーちきん ちーすさらだ	牛乳 鶏肉 ハム	ベーコン チーズ	ココアパン シーザードレッシング (卵、乳、りんご)	じゃがいも 小麦粉	にんじん ほうれん草 キャベツ	たまねぎ しめじ きゅうり
21 (木)	ごはん		こんさいじる しのだに きりぼしだいこんのさらだ	牛乳 油揚げ ノンドリフツナ	鶏肉 油揚げ (にぼし)	米 さといも さとう こんにやく	麦 ごま 小麦粉	ねぎ ごぼう きゅうり れんこん	にんじん 切干大根 たまねぎ ごぼう
22 (金)	さけわかめごはん		あつあげのみそしる たまごやき こんぶのあえもの	牛乳 厚揚げ (にぼし) こんぶ	さけ わかめ みそ 卵 とりささみ	米	さとう	しめじ だいこん もやし	にんじん ちんげん菜 キャベツ
25 (月)	ごはん		まーぼーどうふ ひじきしゅーまい もやしのなむる	牛乳 牛肉 大豆 米みそ	豆腐 とりささみ 豚肉 赤みそ ひじき	米 三温糖 澱粉 ごま	麦 ごま油 さとう 小麦粉	にんにく にんじん たけのこ グリーンピース	生姜 もやし たまねぎ しいたけ 小松菜
26 (火)	ごはん		ちきんかれー めんちかつ ふるーつしらたま	牛乳 スキムミルク	鶏肉 豚肉	米 じゃがいも 白玉餅 豆乳	麦 小麦粉 カレールー	にんにく たまねぎ マッシュルーム ぶどう もも	ぶなしめじ コーン にんじん えだまめ グリーンピース りんご パイナップル みかん
27 (水)	かぼちゃぼん		らびおりのすーぶ さつまいものきっしゅ ごまねーすさらだ	牛乳 卵 鶏肉	ベーコン ツナ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	じゃがいも ラビオリ ごま	にんじん たまねぎ きゅうり さつまいも	キャベツ トマト ほうれん草
28 (木)	ごはん		ぶたじる ししゃもふらい しそきくらげあえ	牛乳	豚肉 みそ ししゃも (にぼし)	米 油 こんにやく	麦 小麦粉 ごま	生姜 だいこん ちんげん菜 キャベツ	にんじん ごぼう きゅうり きくらげ
29 (金)	ごはん		あおさじる おつきみはんばーく みもざさらだ	牛乳 豆腐 鶏肉 豚肉	あおさ かまぼこ 卵 (かつお・こんぶ)	米 さとう	麦	たまねぎ えのきたけ キャベツ	にんじん きゅうり トマト

※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。