

8・9月の学校給食献立予定表



2024年 8月

秩父第一中学校共同調理場

日	曜	主食	牛乳	主菜・副菜	血や肉、骨や歯になる食品(赤)	からだの調子を整える食品(緑)	熱や力のもとになる食品(黄色)	エネルギー kcal	タンパク質 g
					1群・2群	3群・4群	5群・6群		
27	火	わかめごはん		ジャージャン豆腐 もやしのナムル ラフランスゼリー	牛乳, 豚肉, 生揚げ, みそ	しょうが, にんにく, にんじん たけのこ(水煮), ねぎ, ピーマン きゅうり, こまつな, 玉ねぎ, もやし	わかめごはん, 三温糖 サラダ油, かたくり粉, ごま油, 韓国ナムル ^{レッシング} , ラフランスゼリー	761	31.3
28	水	バターロール		ミネストローネ オムレツ ごぼうサラダ	牛乳, 鶏肉, オムレツ 干ひじき	にんにく, セロリ, にんじん 玉ねぎ, キャベツ, トマト缶 ごぼう, れんこん, さやいんげん	バターロール, サラダ油 じゃがいも, マカロニ ごま, ごま ^{レッシング}	767	27.1
29	木	ナン キーマカレー		ウインナー ゆで野菜サラダ	牛乳, 大豆, 豚ひき肉 ウインナー	にんにく, しょうが, 玉ねぎ にんじん, ブロッコリー キャベツ	ナン, サラダ油 じゃがいも イタリア ^{レッシング}	765	36.9
30	金	白飯		じゃが豚キムチ 白身魚フリッター②	牛乳, 豚肉 白身魚フリッター(卵)	玉ねぎ, にんじん, たら 白菜キムチ, こまつな キャベツ, とうもろこし	白飯, サラダ油 じゃがいも, こんにやく 三温糖, 米油, 上白糖	821	28.6

2024年 9月

2	月	食パン (チョコクリーム)		肉団子② 花野菜サラダ クラムチャウダー	牛乳, 肉団子, ベーコン あさり	ブロッコリー, カリフラワー キャベツ, とうもろこし にんじん, 玉ねぎ	食パン, パテチョコレート じゃがいも, 薄力粉, バター サラダ油, イタリア ^{レッシング}	722	27.8
3	火	白飯		豚汁 いわしのみぞれ煮 ほうれん草のサラダ	牛乳, 豚肉, 豆腐, みそ いわしのみぞれ煮	ごぼう, にんじん, だいこん ねぎ, ほうれん草, キャベツ きゅうり, もやし	白飯, こんにやく じゃがいも, サラダ油 和風 ^{レッシング}	734	29.6
4	水	フラワーロール		コーンポタージュ チキンナゲット③ キャベツのペペロンチーノ	牛乳, 鶏肉 チキンナゲット ベーコン	玉ねぎ, コーンペースト とうもろこし, こまつな にんにく, にんじん, キャベツ	フラワーロール じゃがいも, 薄力粉, バター サラダ油, オリーブ油	770	29.4
5	木	白飯 ピビンバの具		春雨スープ コーン焼売	牛乳, ベーコン 豚ひき肉	玉葱, キハダ, 人参, 大豆もやし, とうもろ こし, にんにく, しょうが, ねぎ ほうれん草, 切干大根, 白菜キムチ	白飯, ほうれん草, 薄力粉 ごま油, 上白糖, ごま	771	28.5
6	金	白飯		野菜のきつね煮 すり身チーズロール 塩昆布和え	牛乳, 油揚げ, 鶏肉 すり身チーズロール 塩昆布	にんじん, キャベツ, きゅうり	白飯, じゃがいも こんにやく, 三温糖 ごま油, ごま, サラダ油	750	29.8
9	月	コッペパン		ペンのトマトソース アンサンプルエッグ 和風サラダ	牛乳, 豚ひき肉 アンサンプルエッグ	玉ねぎ, にんじん, にんにく マッシュルーム, ピーマン, キャベツ しょうが, きゅうり, とうもろこし	コッペパン ペンネマカロニ, サラダ油 和風 ^{レッシング}	782	33.4
10	火	白飯		かきたま汁 白ごまつくね③ 五目きんぴら	牛乳, 豆腐, なた, 卵 白ごまつくね さつま揚げ, 豚肉	にんじん, 玉ねぎ, こまつな ごぼう, れんこん	白飯, 片栗粉, 上白糖 こんにやく, サラダ油 三温糖	768	29.4
11	水	地粉うどん 肉うどん		いかの天ぷら たくあんあえ	牛乳, 豚肉, なた いかの天ぷら	にんじん, 玉ねぎ, ねぎ こまつな, 干し椎茸, たくあん キャベツ, きゅうり	地粉うどん, 米油, ごま油 ごま 和風 ^{レッシング}	782	29.7
12	木	白飯		じゃがいものそぼろ煮 納豆 ごまあえ	牛乳, 鶏ひき肉, 納豆	玉ねぎ, にんじん いんげん, ほうれん草 キャベツ	白飯, じゃがいも, 三温糖 サラダ油, 上白糖 すりごま	766	30.9
13	金	お月見献立 キムタクごはん		お月見汁 わかさぎフリッター② 十五夜ゼリー	牛乳, 豚肉, かまぼこ 卵, わかさぎフリッター	たくあん, 白菜キムチ にんじん, だいこん, しめじ ねぎ, こまつな	白飯, サラダ油, ごま, 米油 さといも, 白玉だんご 片栗粉, 十五夜ゼリー	771	25.9
18	水	子どもパンスライス		コンソメスープ ハンバーグデミグラスソース グリーンサラダ	牛乳, 鶏肉, ハンバーグ	玉ねぎ, にんじん, キャベツ きゅうり, ブロッコリー えだまめ	子供パン, じゃがいも サラダ油, 上白糖 イタリア ^{レッシング}	746	34.7
19	木	白飯		なめこ汁 白身魚のピリ辛ソース ブロッコリーサラダ	牛乳, 豆腐, 油揚げ みそ, メルルーサ	にんじん, ねぎ, なめこ, こまつな にんにく, しょうが, ブロッコリー きゅうり, キャベツ, とうもろこし	白飯, 米油, サラダ油 三温糖, ごま油 玉ねぎ ^{レッシング} , 片栗粉	728	30.9
20	金	白飯 チキンカレー		合わせるゼリー(ぶどう) チーズ	牛乳, 鶏肉, チーズ	しょうが, にんにく, 玉ねぎ にんじん, 人参, みかん缶 もも缶, バイン缶	白飯, サラダ油 じゃがいも カットゼリー(ぶどう)	812	27.3
24	火	白飯		野菜椀 鶏肉の唐揚げ③ ゆかり和え	牛乳, 生揚げ, みそ 鶏肉の唐揚げ	ごぼう, にんじん, だいこん ねぎ, こまつな, キャベツ もやし, こまつな	白飯, サラダ油 じゃがいも, こんにやく 米油	788	26.2
25	水	中華めん 四川風味噌ラーメン		春巻き 切干大根のナムル	牛乳, 豚ひき肉, みそ 春巻き	にんじん, 玉ねぎ, たら, ねぎ 切干大根, こまつな キャベツ, きゅうり	中華めん, サラダ油, ごま油 米油 韓国ナムル ^{レッシング}	777	30.0
26	木	新人戦 応援献立 白飯		スタミナスープ かつおカツ 磯香あえ	牛乳, 豚肉, 豆腐, みそ カツおカツ, 刻みのり	にんじん, 玉ねぎ, だいこん ねぎ, にんにく ほうれん草, もやし	白飯, じゃがいも, 米油 薄力粉	729	27.5
30	月	はちみつパン		ABCスープ かぼちゃひき肉フライ 温野菜サラダ	牛乳, ベーコン	玉ねぎ, にんじん, キャベツ かぼちゃ挽肉フライ ブロッコリー, とうもろこし	はちみつパン, じゃがいも マカロニ, 米油 薄力粉, イタリア ^{レッシング}	755	23.4



- ◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ◆給食に関する行事・給食終了日などについては、各学校のおたよりで、確認してください。
- ◆秩父第一中学校、秩父第二中学校、影森中学校、高篠中学校共通の献立表です。

