



令和6年度 8・9月分学校給食献立表



《8・9月のきゅうしょくもくひょう：しっかりと後片付けをしよう》

岩国市立灘小学校

日	曜日	種類	献立名	おもなさいりょう				栄養価 エネルギー kcal 食塩 g	家庭でとってほしい食品
				あかいろの食品 (おもに体をつくるものになる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのものになる)	その他の食品		
8月									
30	金	主食 副食 献立 飲み物	パン ミートボールのケチャップに フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ミートボール	たまねぎ キャベツ エリンギ じゃがいも じゃがいも トマト みかん バインアップル もも みかんジュース	パン じゃがいも さとう		602 1.9	豆類
9月									
2	月	主食 副食 献立 飲み物	ごはん マーボー豆腐 ピーマンとじゃこいため ぎゅうにゅう	豆腐 ぶたにく みそ しらすぼし ぎゅうにゅう	たまねぎ じゃがいも エリンギ しいたけ じゃがいも じゃがいも ピーマン キャベツ とうもろこし	こめ ごまあぶら さとう でんぶん ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ	608 2.6	果物
3	火	主食 副食 献立 飲み物	ごはん だいずいりとりそぼろ とんじる ぎゅうにゅう	だいず とりにく たまご ぶたにく なまあげ みそ ぎゅうにゅう	えだまめ たまねぎ エリンギ しょうが ごぼう だいこん エリンギ はくさい ねぎ	こめ さとう こんにゃく	しょうゆ みりん にぼし	623 1.7	いも類
4	水	主食 副食 献立 飲み物	パン ポークビーンズ ほうれんそうととうもろこしのソテー ぎゅうにゅう	ぶたにく だいず ベーコン	たまねぎ エリンギ えだまめ トマト ほうれんそう もやし とうもろこし	パン じゃがいも あぶら パター ごまご あぶら	しょうゆ マヨネーズ しお しょうゆ	589 2.2	きのこ類
5	木	主食 副食 献立 飲み物	ごはん くじらのたつたあげ そくせぎづけ すましじる ぎゅうにゅう	くじら くわわかめ 豆腐 あぶらあげ わかめ ぎゅうにゅう	キャベツ きゅうり もやし エリンギ こまつな	こめ あぶら でんぶん じゃがいも	しょうゆ しお しょうゆ	636 1.1	乳製品
6	金	主食 副食 献立 飲み物	こくとうパン ぶたにくのガーリックいため よくばりスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく なまあげ ベーコン えび ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ エリンギ こんにゃく たまねぎ キャベツ エリンギ しめじ マッシュルーム	こくとうパン ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ しお こしょう しお こしょう	604 2.0	海藻
9	月	主食 副食 献立 飲み物	ごはん なっとうみそ やさいのつまに なし ぎゅうにゅう	ぶたにく なっとう みそ とりにく なまあげ さつまあげ なし ぎゅうにゅう	ねぎ たまねぎ エリンギ いんげんまめ なし	こめ さとう こんにゃく じゃがいも あぶら さとう	さけ みりん しょうゆ しお さけ	654 1.9	きのこ類
10	火	主食 副食 献立 飲み物	むぎごはん ポークカレーシチュー ひじきとツナのサラダ ぎゅうにゅう	ぶたにく しほなまめ ひじき ツナみず ぎゅうにゅう	たまねぎ エリンギ こんにゃく しょうが キャベツ きゅうり エリンギ	こめ むぎ じゃがいも あぶら パター ごまご はちみつ ごま さとう	しょうゆ す しょうゆ	602 1.7	小魚
11	水	主食 副食 献立 飲み物	パン さけチーズフライ きりぼしだいこんのナポリタンふういため ABCスープ ぎゅうにゅう	さけ チーズ ベーコン	キャベツ たまねぎ エリンギ ピーマン にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	パン あぶら パンこ ごまご でんぶん あぶら さとう	しお しょうゆ	620 2.6	豆類
12	木	主食 副食 献立 飲み物	ごはん ぶたキムチ すいぎょうざスープ ぎゅうにゅう	ぶたにく すいぎょうざ ぎゅうにゅう	はくさいキムチ キャベツ たまねぎ エリンギ じゃがいも たまねぎ エリンギ もやし キャベツ ねぎ しいたけ	こめ ごま ごまあぶら ごま さとう	しょうゆ しお みりん しょうゆ しお こしょう	595 1.7	いも類
13	金	主食 副食 献立 飲み物	パン なまあげとなすのトマトに ごまじゃこサラダ ぎゅうにゅう	ぶたにく なまあげ とりにく しらすぼし ぎゅうにゅう	なす たまねぎ エリンギ トマト こんにゃく キャベツ ピーマン とうもろこし	パン さとう あぶら ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ マヨネーズ しょうゆ す	594 2.3	きのこ類
17	火	主食 副食 献立 飲み物	ごはん さんまのかんろに けんちんじる おつきみゼリー ぎゅうにゅう	さんま とりにく とうもろ あぶらあげ ぎゅうにゅう	だいこん エリンギ しいたけ りんごかじゅう	こめ さとう こんにゃく さといち さとう	しょうゆ しお しょうゆ	629 1.2	種実類
18	水	主食 副食 献立 飲み物	パン えびとマカロニのクリームに こまつなともやしのいためもの ぎゅうにゅう	とりにく えび ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ マッシュルーム エリンギ ほうれんそう こまつな キャベツ もやし	パン マカロニ なまクリーム パター ごまご あぶら	しお こしょう しお こしょう しょうゆ	601 2.1	豆類
19	木	主食 副食 献立 飲み物	ごはん チキンチキンれんこん みそしる まるパン ぎゅうにゅう	とりにく わかめ とうもろ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	れんこん ゆずかじゅう にんじん たまねぎ だいこん ねぎ	こめ あぶら でんぶん さとう じゃがいも	みりん しょうゆ にぼし	626 1.9	小魚
20	金	主食 副食 献立 飲み物	まるパン ハンバーグのケチャップに ゆでやさい ピーンごもくじる ぎゅうにゅう	ぶたにく とりにく たまねぎ キャベツ ほうれんそう ぶたにく かまぼこ ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ ほうれんそう たまねぎ エリンギ もやし キャベツ ねぎ しいたけ	パン さとう でんぶん さとう	しお ケチャップ マヨネーズ しお しょうゆ しお こしょう	601 3.1	種実類
24	火	主食 副食 献立 飲み物	ごはん さばのみそに ごまあえ かきたまじる ぎゅうにゅう	さば みそ とうもろ たまご ぎゅうにゅう	ほうれんそう もやし にんじん こまつな えのきだけ ねぎ	こめ さとう でんぶん ごま さとう	しょうゆ しょうゆ しお かつお節しお こんぶ	612 1.8	果物
25	水	主食 副食 献立 飲み物	しょうパン クリームスパゲティ こまつなサラダ ぎゅうにゅう	いか えび ベーコン ぎゅうにゅう ツナみず ぎゅうにゅう	たまねぎ エリンギ パセリ こまつな きゅうり キャベツ レモンかじゅう	パン スパゲティ パター ごまご あぶら さとう	しお こしょう す しょうゆ しお こしょう	596 3.0	海藻
26	木	主食 副食 献立 飲み物	ごはん ビビンバのく わかめスープ はちみつレモンゼリー ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう たまご みそ わかめ とうもろ ぎゅうにゅう	もやし エリンギ ほうれんそう こんにゃく たまねぎ エリンギ ねぎ	こめ ごま ごまあぶら さとう じゃがいも はちみつレモンゼリー	さけ しょうゆ しお こしょう	655 1.7	きのこ類
27	金	主食 副食 献立 飲み物	パン マーシャルビーンズ ポトフ ごぼうサラダ ぎゅうにゅう	とりにく ウインナー ツナみず ぎゅうにゅう	たまねぎ エリンギ だいこん キャベツ ごぼう にんじん きゅうり	パン マーシャルビーンズ じゃがいも ごま マヨネーズ さとう	しお しょうゆ しょうゆ	612 2.2	豆類
30	月	主食 副食 献立 飲み物	ごはん おやくに ごもくきんぴら ぎゅうにゅう	とりにく たまご ちくわ さつまあげ ぎゅうにゅう	たまねぎ エリンギ ねぎ しいたけ にんじん ごぼう だいこん こんにゃく	こめ じゃがいも さとう こんにゃく あぶら さとう	さけ しょうゆ しょうゆ さけ	592 1.9	乳製品

お月見献立