



スクールランチ

岩国市立岩国小学校

9月前半

よていこんだてひょう

2024. 8. 30

曜日	こんだてめい	ざいりょうめい						栄養量 エネルギー (kcal) たん白質 (g)	た お べ て お で	
		主に体を作るものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのものになる				その他
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
2	ごはん なすのマーボー豆腐 フルーツミックス		牛乳				ごはん	686	野菜 海藻類 いも類	
3	パン カレーミックスポテト ビーフンスープ		牛乳				パン、パテチョコレート じゃがいも あぶら	598	魚 乳製品 果物	
くじらの日献立・・・くじらの日(9月4日)にちなんだ献立です。昔の給食にくじらはよく使われていました。										
4	ごはん くじらのたつたあげ たくあんあえ なつやさいのみそしる		牛乳				ごはん こむぎこ、でんぷん あぶら しょうゆ さとう ごまあぶら、ごま しょうゆ にぼし	613	卵 野菜 いも類	
5	ごはん ぶたキムチ すいぎょうざスープ ももゼリー		牛乳				ごはん ごま、ごまあぶら みりん、しお、しょうゆ しょうゆ、コンソメ、しお、こしょう ももゼリー	601	魚 豆製品 種実類	
郷土料理献立・・・静岡県 なんか揚げとは、ありあわせの魚と野菜をまぜあわせて、油で揚げた魚のハンバーグです。										
6	アップルパン なんかあげ チンゲンサイとハムのソテー ABCスープ		牛乳				パン ドライアップル たまねぎ、しょうが さとう、じゃがいも あぶら しょうゆ しお こしょう	645	魚 海藻類 野菜	
9	ごはん さばのしょうがに しそひじきあえ おふのみそしる		牛乳				ごはん さとう、みずあめ しょうゆ、す、こんぶだし こまつな キャベツ にぼし たまねぎ、えのきたけ	731	卵 野菜 種実類	
10	まるパン にこみハンバーグ ボイルキャベツ ミネストローネ		牛乳				パン (たまねぎ) (でんぷん)さとう キャベツ じゃがいも、マカロニ あぶら しょうゆ、コンソメ、しょうゆ、しお、こしょう	658	魚 海藻類 果物	
11	ポークカレーライス (ごはん) わかめソテー れいとうみかん		牛乳				ごはん、こむぎこ じゃがいも バター あぶら カレーこ、ウスターソース、トマトピューレ あかワイン、しお、こしょう しお、しょうゆ、みりん	659	魚 豆製品 野菜	
12	ごはん あじのなんばんづけ あいしょうじる		牛乳				ごはん さとう あぶら しょうゆ、さけ、す さつまいも にぼし たまねぎ	665	肉 野菜 海藻類	
13	パン いちごジャム なすのミートソーススパゲッティ こまつなサラダ		牛乳				パン、いちごジャム スパゲッティ あぶら さとう ケチャップ、ウスターソース、あかワイン、しお、こしょう あぶら、す、しょうゆ、こしょう	644	魚 海藻類 乳製品	
17	せわりパン おおむぎいりミートソース とうがんのスープ		牛乳				パン スーパーおおむぎ、さとう、パンこ ごま カレーこ、ケチャップ、ウスターソース、あかワイン、しお コンソメ、しょうゆ、しお、こしょう	593	卵 乳製品 野菜	

(都合により献立を変更することがあります。)