

令和
8年度

8月 学校給食献立表(中学校)

日	曜日	料 理 名	調理場からお知らせ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]
18	火	ごはん・牛乳・チーズインハンバーグ・中華サラダ・なめこのみそ汁・元 気ヨーグルト	ヨーグルト：学配	ぎゅうにゅう・ハンバーグ・ハム・とう ふ・にぼしこ・ヨーグルト	ごはん・ごまあぶら・さとう・はるさ め・あぶら	しょうが・ねぎ・もやし・にんじん・ きゅうり・ホールコーン・なめこ・だい こん	819	35.8
19	水	コッペパン・牛乳・鮭のバジルチーズ焼き・マカロニサラダ・ミネスト ローネ		ぎゅうにゅう・さけ・チーズ・ハム・ ヨーグルト・ベーコン・ひよこまめ	パン・オリーブオイル・マカロニ・マヨ ネーズ・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・きゅうり・キャベ ツ・セロリ・トマトみずに・にんにく	876	35.1
20	木	ごはん・牛乳・チキンカチャトーラ風・コーンと海藻のサラダ・きのこと たまごのスープ		ぎゅうにゅう・とりにく・かいそうサラ ダ・ベーコン・たまご	ごはん・オリーブオイル・かたくりこ	にんにく・たまねぎ・えのきたけ・マッ シュルーム・きゅうり・キャベツ・ホー ルコーン・しめじ・エリンギ・ほしし いたけ	778	34.0
21	金	ごはん・牛乳・かぼちゃチーズフライ・ほうれん草のおひたし・豚汁・お 魚ふりかけ		ぎゅうにゅう・かぼちゃチーズフライ・ ぶたにく・とうふ	ごはん・こめあぶら・じゃがいも・こん にやく・さとう	ほうれんそう・にんじん・もやし・だい こん・ごぼう・ねぎ・にんにく	715	23.4
24	月	ごはん・牛乳・鶏肉のレモン漬け・小松菜とハムの白だし和え・パンダな るとのすまし汁	地産地消Week	ぎゅうにゅう・とりにく・ハム・とう ふ・なると	ごはん・かたくりこ・こめあぶら・さと う・はるさめ	レモン・こまつな・もやし・キャベツ・ えのきたけ・ねぎ	872	33.8
25	火	ごはん・牛乳・コーンしゅうまい・キャベツのそぼろ炒め・小松菜とじゃ がいものみそ汁・白鷹産大豆の納豆	シューマイ 小2ヶ 中3ヶ	ぎゅうにゅう・しゅうまい・ぶたにく・ にぼしこ・なっとう	ごはん・ごまあぶら・さとう・じゃがい も	にんじん・しょうが・キャベツ・たまね ぎ・こまつな・だいこん	745	30.8
26	水	ナン・牛乳・ドライカレー・チーズ入りサラダ・パンプキンスープ	ナンは調理場から届き ます。 ドライカレーをのせて たべましょう。	ぎゅうにゅう・ぶたにく・チーズ・スキ ムミルク	ナン・さとう・あぶら・ホワイトソース	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじ ん・キャベツ・ブロッコリー・ホール コーン・かぼちゃ	774	34.5
27	木	つけめん・牛乳・アジ磯辺フライ・青菜とキャベツのごま和え・シーク ワースーゼリー		あぶらあげ・ぎゅうにゅう・あじ	ちゅうかめん・さとう・ごまあぶら・ご ま・こめあぶら・ゼリー	ほししいたけ・ねぎ・にんじん・こまつ な・もやし・キャベツ	825	28.4
28	金	ごはん・牛乳・マーボー夏ベジ丼・いかとわかめの酢のもの・小松菜まん じゅう	小松菜まんじゅう： 小2ヶ 中3ヶ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・いか・わか め・こまつなまんじゅう	ごはん・こめあぶら・じゃがいも・さと う・かたくりこ・ごまあぶら・ビーフン	なす・ピーマン・しょうが・にんにく・ にんじん・たまねぎ・ズッキーニ・きゅ うり	790	33.9
31	月	ごはん・牛乳・とうふハンバーグ・ひじきの炒り煮・大根とえのきだけの みそ汁		ぎゅうにゅう・とうふハンバーグ・とに りく・さつまあげ・ひじき・だいず・あ ぶらあげ・にぼしこ	ごはん・あぶら・こんにやく・さとう	にんじん・だいこん・えのきたけ	688	25.2



日	曜日	料 理 名	調理場からおしらせ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]