

令和6年 8・9月 学校給食予定献立表

※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。



葛城市学校給食センター

| 日付          | 献立名                                                                           | からだの血や肉になるもの                                  | からだの熱や力になるもの                                              | 体の調子をととのえるもの                                          | 中学校         |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------|
| 8/30<br>(金) | コッペパン 牛乳 ソーセージ<br>きゅう きゅう 救給コーンポタージュ 切りばしだいこん 切干大根のソース炒め<br>メープルジャム いもけんぴ入り小魚 | 牛乳 ぎょにくソーセージ<br>チキン&ポークハム あおのり<br>いもけんぴいりこざかな | コッペパン あぶら<br>メープルジャム                                      | きりばしだいこん コーン<br>たまねぎ にんじん                             | 736<br>27.3 |
| 9/2<br>(月)  | ごはん 牛乳 ハヤシライス<br>こざかな 小魚とひじきのサラダ げんき 元気ヨーグルト                                  | 牛乳 ぶたにく ちりめんじゃこ<br>ひじき ヨーグルト                  | 米 あぶら さとう<br>ごまあぶら ハヤシルウ                                  | たまねぎ にんじん エリンギ<br>グリーンピース キャベツ                        | 736<br>24.5 |
| 3(火)        | ごはん 牛乳 ぎょうざ丼の具<br>えだまめ はるさめスープ                                                | 牛乳 ぶたひきにく<br>だいず ベーコン                         | 米 あぶら ごまあぶら<br>でんぶん はるさめ                                  | にんにく しょうが キャベツ<br>にら えだまめ はくさい はねぎ<br>にんじん たまねぎ えのきたけ | 744<br>31.0 |
| 4(水)        | ごはん 牛乳 さばのゆずみそかけ<br>こんやい 根菜びりっと炒め にゅうめん                                       | 牛乳 さば みそ ぶたにく<br>にくだんご うすあげ                   | 米 さとう でんぶん<br>こんにゃく あぶら ふしめん                              | ゆず れんこん にんじん<br>えのきたけ たまねぎ こまつな                       | 713<br>27.7 |
| 5(木)        | ごはん 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き<br>くき 茎わかめのサラダ かんとうに 関東煮                                     | 牛乳 とりにく くきわかめ<br>ごぼてん あつあげ がんもどき              | 米 ドレッシング(ねぎごま)<br>じゃがいも こんにゃく さとう                         | きゅうり コーン<br>だいこん にんじん                                 | 765<br>33.9 |
| 6(金)        | 食パン 牛乳 奈良の黒豆コロッケ<br>ドライカレー オニオンスープ                                            | 牛乳 ぶたひきにく<br>だいず ベーコン                         | コッペパン くらまめコロッケ<br>あぶら カレールウ                               | にんじん たまねぎ ピーマン<br>りんご コーン いんげんまめ                      | 818<br>30.8 |
| 9(月)        | ごはん 牛乳 夏野菜麻婆<br>コーンしゅうまい かんてん 寒天サラダ                                           | 牛乳 とうふ ぶたひきにく<br>コーンしゅうまい<br>こんにゃくかんてん        | 米 ごまあぶら でんぶん<br>さとう ドレッシング(わふう)                           | たまねぎ にんじん トマト なす<br>きピーマン にんにく しょうが<br>きゅうり コーン       | 788<br>30.1 |
| 10(火)       | ごはん 牛乳 さんまのかばやき<br>キャベツのごぶ漬け和え 豚汁 とうにゅう 豆乳プリン                                 | 牛乳 さんま ぶたにく<br>とうふ みそ くきわかめ                   | 米 でんぶん あぶら<br>さとう こんにゃく<br>さといも とうにゅうプリン                  | しょうが キャベツ ごぶづけ<br>だいこん にんじん<br>ごぼう こまつな               | 770<br>25.1 |
| 11(水)       | ごはん 牛乳 メンチカツ<br>ゴーヤチャンプルー もずくスープ                                              | 牛乳 メンチカツ とうふ<br>チキンハム もずく かまぼこ                | 米 あぶら<br>ごまあぶら さとう                                        | たまねぎ にんじん にかうり<br>たけのこ えのきたけ はねぎ                      | 729<br>23.8 |
| 12(木)       | ごはん 牛乳 きんぴら包み焼き<br>きりばしだいこん にもの 煮物 いものこ汁<br>プチアセロラゼリー                         | 牛乳 きんぴらつつみやき<br>いとかまぼこ とりにくだんご                | 米 あぶら さとう<br>さといも こんにゃく<br>プチアセロラゼリー                      | きりばしだいこん にんじん<br>いんげんまめ なめこ<br>たまねぎ しろねぎ              | 720<br>27.7 |
| 13(金)       | こめこ 米粉パン 牛乳 たららのコンソメタツタ<br>はなやさい 花野菜サラダ ミネストローネ<br>ミルメーク(ココア)                 | 牛乳 たららのコンソメタツタ<br>ベーコン                        | こめこパン あぶら<br>ドレッシング(イタリアン)<br>こめこマカロニ オリーブオイル<br>ミルメークココア | ブロッコリー カリフラワー<br>コーン たまねぎ にんじん<br>キャベツ パセリ トマト        | 724<br>33.5 |
| 17(火)       | ごはん 牛乳 里芋のそぼろ煮<br>やまと 大和まなちりめん お月見フルーツ白玉                                      | 牛乳 ぶたひきにく<br>あつあげ ちりめんじゃこ                     | 米 さといも こんにゃく さとう<br>ごまあぶら ごま こめこだんご<br>☆○ゼリー サイダーゼリー      | にんじん だいこん えだまめ<br>たまねぎ やまとまなづけ パイン<br>こまつな みかん りんご もも | 779<br>28.8 |
| 18(水)       | ごはん 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き<br>くき 茎わかめの中華炒め ピーフンスープ                                      | 牛乳 さけ ぶたにく<br>くきわかめ やきぶた                      | 米 マヨネーズ あぶら<br>さとう ごまあぶら ピーフン                             | にんじん たまねぎ しろねぎ<br>チンゲンサイ えのきたけ                        | 712<br>25.6 |
| 19(木)       | ごはん 牛乳 豚肉のかりん揚げ<br>いんげんのおかか和え なすのみそ汁                                          | 牛乳 ぶたにく かつおぶし<br>とうふ わかめ みそ                   | 米 でんぶん あぶら<br>さとう ごま                                      | しょうが なす にんじん<br>たまねぎ いんげんまめ<br>しめじ はねぎ                | 816<br>34.6 |
| 20(金)       | コッペパン 牛乳 鶏肉のバーベキューソース<br>れんこんとまめのゴマドレ和え<br>たまごスープ いちごジャム                      | 牛乳 とりにく ひじき<br>ミックスビーンズ シーチキン<br>たまご ベーコン     | コッペパン さとう<br>ドレッシング(ごま)<br>いちごジャム                         | たまねぎ にんじん しょうが<br>にんにく れんこん えだまめ<br>えのきたけ チンゲンサイ りんご  | 709<br>37.5 |
| 24(火)       | ごはん 牛乳 キーマカレー<br>チキンサラダ なしゼリー                                                 | 牛乳 ぶたひきにく<br>だいず とりささみ                        | 米 じゃがいも あぶら<br>カレールウ なしゼリー<br>ドレッシング(わふう)                 | にんじん たまねぎ りんご<br>だいこん きゅうり あかピーマン                     | 800<br>28.2 |
| 25(水)       | ごはん 牛乳 焼きラーメン<br>にく 肉だんご わかめスープ 野菜ふりかけ                                        | 牛乳 ぶたにく にくだんご<br>とうふ わかめ<br>こんにゃくかんてん         | 米 やきラーメン<br>あぶら ごまあぶら                                     | キャベツ にんじん たけのこ<br>きくらげ たまねぎ チンゲンサイ<br>しめじ やさいふりかけ     | 707<br>24.8 |
| 26(木)       | ごはん 牛乳 あじのスタミナづけ<br>きんぴらごぼう かぼちゃのみそ汁<br>パナナチップ                                | 牛乳 あじのスタミナづけ<br>ひらてん とうふ わかめ みそ               | 米 こんにゃく<br>さとう あぶら ごま                                     | ごぼう にんじん かぼちゃ<br>えのきたけ たまねぎ はねぎ<br>パナナチップ             | 710<br>30.0 |
| 27(金)       | げんりょう 減量バーガーパン 牛乳 ハムカツ<br>ポテトサラダ マカロニのクリーム煮                                   | 牛乳 ハムカツ<br>ベーコン とうにゅう                         | げんりょうコッペパン<br>あぶら じゃがいも こめこ<br>マヨネーズ こめこマカロニ              | たまねぎ えだまめ コーン<br>にんじん エリンギ キャベツ                       | 760<br>26.6 |
| 30(月)       | ごはん 牛乳 わふう 和風つくね ひじきいり煮<br>じゃがいものみそ汁 黒糖ビーンズ                                   | 牛乳 わふうつくね ひじき<br>うすあげ わかめ とうふ<br>みそ こくとうビーンズ  | 米 さとう でんぶん<br>あぶら こんにゃく じゃがいも                             | にんじん えだまめ<br>たまねぎ しめじ                                 | 705<br>24.3 |

～今月の地場産物～

**\*奈良県で生産・製造された食材を紹介します。献立表の中で太字にしています\***

米・パン・こまつな・なす・はねぎ・しろねぎ・なめこ・しめじ・こんにゃく・しおこうじ・とりにくだんご  
ふしめん・やまとまなづけ・こめこマカロニ・こめこだんご・ウスターソース・くらまめコロッケ・カレールウ

★栄養価の表示★  
上の段:エネルギー (kcal)  
下の段:たんぱく質 (g)

|      |
|------|
| 平均   |
| 747  |
| 28.8 |

◎給食なしのお知らせ◎  
9月4日(水)新庄中1年

