

令和6年度 **8月**

これだけひょう

置戸町学校給食センター

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	エネルギー
19月	ごはん			こめ おおむぎ 米 大麦	小 525 kcal
	ごぼうと厚揚げのごま炒め	ぶたにく かつあげ 豚肉 厚揚げ	ごぼう さやいんげん じんじん 人参	こめあぶら 米油 ごま	中 645 kcal
	だいこん あ 大根のゆかり和え		だいこん 大根		高 519 kcal
	しめじとじゃがいものみそ汁	みそ 味噌	しめじ	じゃがいも	
20火	ごはん			こめ おおむぎ 米 大麦	小 596 kcal
	とりにく スパイシー炒め	とりにく 鶏肉	たまねぎ にんにく 玉葱 にんにく	こめあぶら 米油	中 737 kcal
	ツナの和風サラダ	ツナ かん 缶	キャベツ		高 611 kcal
	えのきとチンゲン菜のスープ	とうふ 豆腐	えのき チンゲン菜 しょうが 生姜		
21水	しょうゆ ラーメン	ぶたにく つとまき 豚肉 つとまき	メンマ もやし チンゲン菜	ラーメン こめあぶら あぶら 米油 ごま油	小 635 kcal
	はるま 春巻き	とりにく 鶏肉	はくさい じんじん いいたけ しょうが 白菜 人参 にら 椎茸 生姜	はるま はるま かわ あぶら 春雨 春巻きの皮 ごま油	中 806 kcal
	ごへいもちろうしらたま 五平餅風白玉	みそ 味噌		しらたまだんご 白玉団子	高 680 kcal
22木	スープカレー	とりにく 鶏肉	ピーマン ミニトマト じんじん たまねぎ なす 人参 玉葱 なす	こめ おおむぎ じゃがいも こめあぶら 米 大麦 じゃがいも 米油	小 565 kcal
	れいとう 冷凍みかん		れいとう 冷凍みかん		中 685 kcal
					高 559 kcal
23金	スライスパン			スライスパン	小 547 kcal
	チョコクリーム			チョコクリーム	中 651 kcal
	キャベツのドレッシング和え	かにかま	キャベツ	オリーブ油 あぶら 油	高 525 kcal
	だいこん 大根バタースープ	とりにく 鶏肉	だいこん 大根 コーン	バター	
26月	ごはん			こめ おおむぎ 米 大麦	小 535 kcal
	ほっけのみりん焼き	ほっけ			中 588 kcal
	にらときのこの炒め物		しめじ にら	じゃがいも こめあぶら じゃがいも 米油	高 462 kcal
	みそけんちん汁	とうふ みそ 豆腐 味噌	だいこん ごぼう ながねぎ こまつな 大根 ごぼう 長葱 小松菜		
27火	ごはん			こめ おおむぎ 米 大麦	小 607 kcal
	とりにく ズッキーニの甘酢炒め	とりにく 鶏肉	ズッキーニ じんじん ズッキーニ 人参	でん粉 こめあぶら あぶら でん粉 米油 ごま油	中 752 kcal
	だいこん 大根のマヨネーズ和え		だいこん 大根 コーン	マヨネーズ	高 626 kcal
	レタスとのりのスープ	のり	レタス		
28水	ピーマンとそばろのスパゲティ	ぶたにく とりにく 豚肉 鶏肉	にんにく しょうが たまねぎ ピーマン 玉葱 玉葱 ピーマン	スパゲティ オリーブ油 あぶら 油	小 724 kcal
	キャベツのカレーサラダ	ベーコン	キャベツ もやし	マヨネーズ	中 905 kcal
	のり塩フライドポテト	あお 青のり		じゃがいも こめあぶら じゃがいも 米油	高 779 kcal
29木	きんぴら丼	ぶたにく や ちくわ 豚肉 焼き竹輪	ごぼう じんじん しらたき 人参 人参 しらたき	こめ おおむぎ こめあぶら 米 大麦 米油 ごま ごま油	小 603 kcal
	とろろ昆布のみそ汁	とろろ こんぶ とうふ みそ とろろ 昆布 豆腐 味噌	ながねぎ 長葱		中 748 kcal
	フルーツゼリー		みかん缶 バイン缶		高 622 kcal
30金	ごはん			こめ おおむぎ 米 大麦	小 557 kcal
	たまご 卵ともやしのキムチ炒め	ぶたにく たまご 豚肉 卵	チンゲン菜 もやし キムチ	こめあぶら あぶら 米油 ごま油	中 685 kcal
	わふう 和風ポテトサラダ	しおこんぶ 塩昆布	おおば 大葉	じゃがいも ごま	高 559 kcal
	よししのじろ 吉野汁	あぶらあ 油揚げ	じんじん はくさい だいこん しょうが 人参 白菜 大根 生姜	でん粉	



今年度も置戸町の農家さんへおいしいミニトマトととうもろこしを給食に出せるようお願いしています。
 天気によって成長スピードが変わるため、事前に提供日をお知らせすることができませんが新鮮でおいしい状態で
 みなさんへ届けられるよう、収穫されたその日に給食として提供いたします。