

令和8年
8月

給食予定献立表

小学校

日	曜日	主食	牛乳	献立名	血や肉、骨や歯になるもの	からだの調子を整える	体を動かす 熱や力になるもの	1人あたり kcal	たんぱく 質 g	脂肪 %
26	水	ごはん		★マーボーあつあげ丼 ★きゅうりの中華あえ おさつチップス	★牛乳 ★牛ひき肉 ★豚ひき肉 ★あつあげ（冷） ★赤みそ	たまねぎ なす にんじん にら しょうが にんにく きゅうり	精白米 ★ごま油 じゃがいもでん粉 砂糖 おさつチップス（袋）	586	22.8	30.1
27	木	★コッペ パン		★焼きシューマイ（小麦） ★中華スープ ぶどうゼリー いちごジャム	★牛乳 ★シューマイ ★鶏肉	キャベツ たまねぎ にんじん コーン（冷） にら えのきたけ ぶどうゼリー	★パン 綿実油 いちごジャム	603	25.4	29.4
28	金	ごはん		★ビーフカレーライス 野菜のピクルス ★りんご缶	★牛乳 ★牛肉	たまねぎ にんじん グリーンピース（冷） にんにく キャベツ さんどまめ（冷） ★りんご缶	精白米 じゃがいも 綿実油 砂糖	630	21.7	24.0
31	月	★黒糖パ ン		★焼きハンバーグ ★スープ みかん（冷）	★牛乳 ★ハンバーグ	キャベツ たまねぎ コーン（冷） にんじん パセリ みかん（冷）	★パン パン副材料 じゃがいも	630	25.4	32.1