

日(曜)	献立名			食品名			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
	主食	飲み物	おかず	エネルギーのもとになる食品(穀)	体をつくるもとになる食品(畜)	体の調子をととのえる食品(緑)	
8/29 (金)	2学期スタート給食			米、油、ごま、砂糖、ごま油、さつま芋、でん粉、はちみつ	牛乳、豚肉、白いんげん豆	にんにく、しょうが、もやし、にんじん、小松菜、ねぎ、もも、みかん、パイン、ぶどう果汁	578 17.8
	ビビンバ (豚・ごま)	牛乳	コロコロだいがくいも(さつま芋・白いんげん豆)ぶどうゼリー入りフルーツポンチ(もも・みかん・パイン・ぶどう)				
9/1 (月)	防災の日給食			米、ごんにやく、砂糖、ごま、油、じゃが芋	牛乳、豚肉、豆腐、油揚げ、みそ	だけのこ、きくらげ、しめじ、しいたけ、小松菜、もやし、キャベツ、大根、にんじん、ごぼう、ねぎ、みかん	580 23.5
	きのこごはん	牛乳	ごまあえ(ごま)とんじる(豚)れいとうみかん(みかん)				
2(火)	ごはん	牛乳	ミートボールのすぶたふう(豚)もやしときゅうりのナムル	米、油、砂糖、でん粉、ごま油	牛乳、生揚げ、ミートボール	ピーマン、だけのこ、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、きゅうり、もやし	607 19.4
3(水)	ごはん	牛乳	おやこに(鶏卵)いそかあえ	米、じゃが芋、油、砂糖	牛乳、鶏肉、生揚げ、鶏卵、のり	にんじん、玉ねぎ、枝豆、小松菜、キャベツ、もやし	620 25.6
4(木)	ツイストパン (小麦)	牛乳	ボークビーンズ(豚・大豆)こまつなとわかめのサラダ	パン、油、砂糖、じゃが芋、ごま油	牛乳、ベーコン、豚肉、大豆、わかめ	玉ねぎ、にんじん、トマト、さやいんげん、小松菜、きゅうり、コーン	604 26.6
5(金)	わふうじるうどん (小麦)	牛乳	かおりづけサーターアングダー(小麦・鶏卵)	うどん、砂糖、ごま油、油、小麦粉	牛乳、鶏肉、油揚げ、わかめ、鶏卵	ねぎ、キャベツ、きゅうり、しょうが	611 23.6
8(月)	ごはん	牛乳	えびととうらのチリソース(えび・豚肉)ちゅうかあえ	米、油、砂糖、でん粉、ごま油	牛乳、豆腐、えび、わかめ	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、エリンギ、さやいんげん、小松菜、きゅうり、大根	582 23.5
9(火)	ごはん・じゃこのカレーふりかけ (魚)	牛乳	とりにくのさっぱりに(大豆)からしあえ	米、砂糖、油、じゃが芋	牛乳、じゃこ、鶏肉、大豆	にんにく、玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、小松菜、キャベツ、もやし	600 28.3
10(水)	ごはん	牛乳	チャプチェ(豚)わかめスープ(豚)	米、春雨、ごま油、でん粉、砂糖	牛乳、豚肉、わかめ、豆腐、ベーコン	玉ねぎ、にんじん、しめじ、小松菜、コーン、だけのこ、えのき、ねぎ	612 22.1
11(木)	栄和っ子はしの日			米、油、砂糖、じゃが芋、でん粉、米粉パン粉、玄米粉	牛乳、昆布、鶏肉、油揚げ、きびなご、みそ	にんじん、さやえんどう、しょうが、大根、しめじ、ねぎ、小松菜	579 23.4
	こぎつねずし (さやえんどう)	牛乳	きびなごカリカリフライ(魚・魚卵)こんさいのみそしる				
12(金)	ミートビーンズ スパゲティ (小麦・大豆・豚)	牛乳	フライドポテト コーンサラダ	スパゲティ、油、小麦粉、砂糖、じゃが芋	牛乳、豚肉、大豆	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、トマト、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、コーン	616 22.3
16(火)	キムチチャーハン (豚)	牛乳	こまつないり あげぎょうざ(小麦・豚)くきわかめのチョナムル(ごま)	米、ごま油、パン粉、砂糖、小麦粉、ごま、油	牛乳、焼き豚、豚肉、くきわかめ	白菜キムチ、りんご、ピーマン、ねぎ、小松菜、キャベツ、玉ねぎ、もやし、にんにく、ほうれん草、えのき	575 20.6
17(水)	地場産物の献立(バターナッツかぼちゃ)			パン、パン粉、砂糖、小麦粉、油、米粉、バター	牛乳、マグロ、ほたて、ベーコン	玉ねぎ、しょうが、かぼちゃ、キャベツ、バターナッツかぼちゃ、きゅうり、コーン	663 22.7
	こどもパン スライス (小麦)	牛乳	マグロカツ(小麦・魚・ほたて)コールスローサラダバターナッツかぼちゃのスープ(乳・豚)				
18(木)	旬の献立(さんま・ぶどう)			米、でん粉、油、砂糖、ごんにやく、じゃが芋	牛乳、さんま、豆腐	ごぼう、にんじん、大根、ねぎ、しめじ、ぶどう	628 20.9
	さんまの かばやきどん (魚)	牛乳	けんちんじるぶどう(ぶどう)				
19(金)	郷土料理の献立(近畿地方)			中華麺、ごま油、小麦粉、揚げ玉、油、砂糖	牛乳、豚肉、みそ、たこ	にんにく、しょうが、にんじん、もやし、コーン、にら、キャベツ、ねぎ、なす、きゅうり	581 23.9
	スタミナ みそラーメン (小麦・豚)	牛乳	たこやき(小麦)なすときゅうりのあさづけ				
22(月)	ごはん・ひじきのふりかけ (ごま)	牛乳	さばのてりやき(魚)こうやどうふのみそしる	米、砂糖、ごま	牛乳、ひじき、かつお節、さば、高野豆腐、油揚げ、みそ	しょうが、えのき、大根、小松菜	687 28.5
24(水)	くろパン(小麦)	牛乳	ポテトとあさりのチャウダー(白花豆・乳・豚)わかめサラダ	パン、じゃが芋、油、バター、ごま油、砂糖	牛乳、ベーコン、あさり、白花豆、わかめ	玉ねぎ、にんじん、コーン、キャベツ、きゅうり、パプリカ	573 20.8
25(木)	ごはん	牛乳	マーボーどうふ(豚)はるさめサラダ	米、油、砂糖、ごま油、でん粉、春雨	牛乳、豆腐、豚肉、みそ	玉ねぎ、だけのこ、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく、しいたけ、パプリカ、きゅうり、もやし	580 23.1
26(金)	だいすミートいり ドライカレー (大豆・りんご・豚)	牛乳	てづくりふくじんづけれいとうみかん(みかん)	米、油、砂糖、アレルゲンフリーカレー粉	牛乳、豚肉、大豆ミート	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、りんご、ピーマン、きゅうり、大根、れんこん、みかん	606 21.8
29(月)	わかめじゃこごはん (魚・ごま)	牛乳	ホキのあまからソースかけ(魚)なめだけあえ	米、ごま、油、砂糖、でん粉	牛乳、じゃこ、炊き込みわかめ、ホキ	小松菜、キャベツ、もやし、えのき	574 22.4
30(火)	ハニートースト (小麦)	牛乳	ボトフ(豚)ごんにやくサラダ	パン、砂糖、油、乳不使用マーガリン、はちみつ、じゃが芋、サラダごんにやく	牛乳、ベーコン、鶏肉	かぶ、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、セロリ、大根、きゅうり、コーン	577 20.2

※食材等の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

※はしの用意をお願いします。

※5年生は館岩自然の教室のため、9月2日(火)、3日(水)、4日(木)の給食はありません。