



8・9月分 学校給食予定献立表



令和8年度

厚木市北部学校給食センター Aコース
厚木市立厚木第二小学校

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる		主に体の調子を整える もとになる	栄養価 (たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	ビタミン	
28・金	むぎいりごはん			こめ	むぎ		584 kcal
	のむヨーグルト	のむヨーグルト					18.1 g
	チキンカレー	とりにく スキムミルク		あぶら	じゃがいも	こむぎこ	8.0 g
	フレンチサラダ			あぶら	さとう		1.9 g
31・月	むぎいりごはん			こめ	むぎ		635 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					28.8 g
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく		あぶら	さとう	かたくりこ	22.1 g
	わふうじる	あぶらあげ				にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ こまつな	2.1 g
☆9/1・火	ハードめん			めん			565 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					25.0 g
	なつやさいのイタリアンソース	ぶたにく だいず		あぶら	こむぎこ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム スズキーニ なす	16.4 g
	ツナサラダ	ツナ		あぶら	さとう	キャベツ とうもろこし きゅうり ブロッコリー	1.7 g
2・水	ロールパン			パン			633 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					31.3 g
	しろみぎかなのバジルマヨネーズやき	メルルーサ		マヨネーズ(たまごなし)	あぶら		26.8 g
	カントリースープ	とりにく		じゃがいも			2.6 g
3・木	ぶたにくとベンネのわふうソテー	ぶたにく		あぶら	マカロニ		
	ごはん			こめ			625 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					28.0 g
	マーボーどうふ	ぶたにく こうやどうふ とうふ みそ		あぶら	かたくりこ	さとう	18.9 g
4・金	パンサンスー	ハム		はるさめ	あぶら	さとう ごま	1.8 g
	れいとうパン			パンアップル			
	ごはん			こめ			623 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					25.0 g
☆7・月	あじフライ(ソース)	あじフライ		あぶら			18.7 g
	ぐだくさんみそじる	にぼし みそ なまあげ		じゃがいも		ごぼう にんじん ねぎ こまつな	2.0 g
	ごまあえ			さとう ごま		にんじん キャベツ もやし	
	むぎいりごはん			こめ	むぎ		612 kcal
8・火	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					24.2 g
	ぶたキムチどんぐ	ぶたにく		あぶら	さとう	かたくりこ	15.3 g
	ごもくスープ	とりにく	なると	はるさめ			2.2 g
	フルーツミックス					ぶどう みかん パインアップル	
9・水	ごはん			こめ			576 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					27.5 g
	かじきのさいきょうやき	かじき みそ				ごぼう にんじん だいこん たまねぎ ほししいたけ こまつな	15.9 g
	さわにわん	ぶたにく あぶらあげ				にんじん こんにやく	2.3 g
10・木	ひじきのにももの	ひじき ちくわ		あぶら	さとう		
	くらコッペパン			パン			607 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					25.9 g
	ハンバーグオニオンソース	ハンバーグ		あぶら	さとう		22.7 g
☆11・金	しろいんげんまめのミネストローネ	ベーコン いんげんまめ		あぶら		にんにく セロリー たまねぎ にんじん トマト キャベツ パセリ とうもろこし こまつな	2.9 g
	あおなとハムのソテー	ハム		あぶら			
	ごはん			こめ			661 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					26.9 g
12・土	たちうおのたつたあげ	たちうお		かたくりこ	あぶら	しょうが	26.0 g
	ぶたごぼうじる	ぶたにく なまあげ みそ				ごぼう にんじん えのきたけ ねぎ	2.0 g
	もやしのあえもの	ハム		あぶら	さとう ごま	もやし こまつな	
	ごはん			こめ			602 kcal
13・日	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					25.5 g
	しおとりじゃが	とりにく ちくわ		あぶら	じゃがいも		17.0 g
	かつおあえ	かまぼこ かつおぶし				キャベツ こまつな	1.4 g
	あじつけのり	のり					
14・月	ごはん			こめ			567 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					23.9 g
	チンジャオロースー	ぶたにく		あぶら	さとう	かたくりこ	15.8 g
	はるさめスープ	とりにく		はるさめ	かたくりこ	にんじん ほししいたけ しょうが ねぎ こまつな	1.5 g

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる		主に体の調子を整える もとになる	栄養価 (たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	ビタミン	
15・火	ホットラーメン			めん			551 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					25.8 g
	ジャージャーめんのぐ	ぶたにく みそ		あぶら	さとう	かたくりこ	15.0 g
	きゅうりのスタミナあえ			あぶら		しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ	2.2 g
16・水	せわりコッペパン			パン			626 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					27.4 g
	まめまめドライカレー	ぶたにく レンズまめ ひよこまめ		あぶら	こめこ	にんにく たまねぎ トマト えだまめ	24.7 g
	ABCマカロニスー	とりにく		マカロニ		たまねぎ にんじん セロリー	2.5 g
☆17・木	フライドポテト			フライドポテト	あぶら	キャベツ	
	むぎいりごはん			こめ	むぎ		592 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					23.4 g
	ブルコギ	ぶたにく みそ		あぶら	さとう	かたくりこ	15.7 g
☆18・金	トックスー			トック			1.7 g
	ごはん			こめ			622 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					28.9 g
	かつおとだいずのごまだれ	かつお だいず		かたくりこ	あぶら	さとう ごま	17.9 g
24・土	みそじる	にぼし みそ あぶらあげ		じゃがいも		たまねぎ えのきたけ	1.7 g
	ブロッコリーのこんぶあえ	しおこんぶ		あぶら		ブロッコリー キャベツ にんじん	
	ごはん			こめ			590 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					29.0 g
25・日	さわらのにんにくしょうゆやき	さわらのにんにくしょうゆ					17.0 g
	ぶたにくとたけのこのスープ	ぶたにく わかめ				にんじん メンマ ねぎ	1.8 g
	きりほしだいこんのサラダ	ハム		さとう	あぶら	もやし にんじん きりほしだいこん こまつな	
	ごもくごはん	ぶたにく		こめ	あぶら	さとう	695 kcal
28・月	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				ごぼう にんじん ほししいたけ えだまめ	26.3 g
	とりにくのからあげ(2こ)	とりにく		かたくりこ	あぶら		24.7 g
	つきみじる	みそ とうふ		さといも	かぼちゃだんご	ねぎ こまつな	2.6 g
	おひたし	かつおぶし				キャベツ もやし	
☆29・火	こぶくろおつきみデザート			おつきみデザート			625 kcal
	ごはん			こめ			22.5 g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					17.8 g
	ツナそぼろどんぐ	ツナ かんぱち こうやどうふ		さとう		にんじん ねぎ	1.5 g
30・水	けんちんじる	とうふ		じゃがいも	あぶら	ごぼう にんじん だいこん ほししいたけ こんにやく ねぎ	
	きんときまめのあまに			きんときまめ	さとう		596 kcal
	むぎいりごはん			こめ	むぎ		24.5 g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					13.9 g
31・木	アジアンライスのぐ	ぶたにく		あぶら	さとう	にんにく たまねぎ トマト	1.6 g
	フォー	とりにく		あぶら	こめこめん	にんにく にんじん もやし ねぎ	
	れいとうようなしコンポート					みずな レモン	
	ミルクtoast	ぎゅうにゅう		パン	バター	さとう	588 kcal
9月1日・金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					23.7 g
	とりにくのスープに	とりにく				にんじん だいこん たまねぎ こまつな	25.7 g
	ジャーマンポテト	ベーコン		あぶら	じゃがいも	たまねぎ	2.2 g

- ※ 食材等により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
- ※ 掲載されているもの以外の調味料等も使用しています。
- ※ ☆はバクバクあつぎ産デーズです。太字の献立は、厚木市内で収穫された地場産物等を使用します。
- ※ 収穫状況等により、地場産物等を使用しない場合がありますので、ご了承ください。
- ※ 栄養価の算出は食品成分表(八訂)を使用しています。



地震や台風など大きな災害が起こると、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまったり、いつものように水や食べ物を手に入れることが難しくなります。いざという時に困らないように、家庭で水と食べ物を備えておくことと安心です。最低3日分、できれば1週間分を、家族の状況に合わせて用意し、定期的に見直すようにしましょう。

☆学校給食用食材について☆



産地(予定)



放射性物質
の測定結果