



8.9月分 学校給食予定献立表



【小学校】

南部学校給食センター

令和6年度

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価(中学年) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
8/28 ・水	ごはん		ごはん		605 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.2 g
	なつやさいかレー	ぶたにく	あぶら じゃがいも こむぎこ	たまねぎ にんにく しょうが にんじん なす かぼちゃ さやいんげん	15.9 g
	フレンチサラダ	ハム	あぶら さとう	にんじん キャベツ きゅうり	1.9 g
8/29 ・木	ごはん		ごはん		576 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.8 g
	ホイコーロー	ぶたにく みそ	あぶら さとう	にんにく ねぎ たまねぎ ピーマン キャベツ	16.0 g
	ワンドンスープ	とりにく なた	ワンドンのかわ	にんじん たけのこ ほししいたけ もやし ねぎ	1.9 g
8/30 ・金	とうにゅうむしパン		とうにゅうむしパン		613 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			28.4 g
	むしちゅうかめん		ちゅうかめん		22.9 g
	ジャージャーめん	ぶたにく レンズまめ みそ	あぶら さとう かたくりこ ごま	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ	2.6 g
	あげしゅうまい(2こ)	ポークしゅうまい	あぶら		
2 ・月	ごはん		ごはん		618 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.3 g
	ぶたにくのしょうがいため	ぶたにく	あぶら さとう	にんにく しょうが たまねぎ	18.8 g
	すましじる	とうふ		にんじん ねぎ こまつな	2.1 g
	もやしのあえもの	ちくわ	あぶら さとう	もやし にんじん きゅうり	
3 ・火	ごはん		ごはん		637 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			27.7 g
	いりどうふ	ぶたにく とうふ	あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん さやいんげん	19.3 g
	のりずあえ	ツナ のり	さとう あぶら	にんじん もやし こまつな	1.5 g
4 ・水	ごはん		ごはん		612 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			22.1 g
	ポークカレー	ぶたにく	あぶら じゃがいも こむぎこ	たまねぎ にんにく しょうが にんじん グリーンピース	16.8 g
	コールスローサラダ	ハム	あぶら さとう	にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり	1.8 g
☆ 5 ・木	ごはん		ごはん		621 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.0 g
	あじフライ	あじフライ	あぶら		17.5 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	2.2 g
	ひじきのにももの	ひじき さつまあげ	あぶら さとう	にんじん さやいんげん	
☆ 6 ・金	せわりコッペパン		パン		597 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			30.7 g
	だいたのチリコンカーン	だいた ベーコン ぶたにく	さとう	にんにく たまねぎ にんじん トマト	22.1 g
	やさいスープ	とりにく		たまねぎ にんじん キャベツ こまつな	2.8 g
☆ 9 ・月	ごはん		ごはん		605 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.7 g
	ツナそぼろどんのぐ	ツナ のり	さとう ごま	にんじん しょうが たけのこ さやいんげん	18.3 g
	とりごぼうじる	とりにく みそ	あぶら	ごぼう にんじん えのきたけ ねぎ こまつな	2.0 g
10 ・火	ごはん		ごはん		656 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			27.6 g
	とうふハンバーグ	とうふハンバーグ	さとう かたくりこ		19.1 g
	かきたまじる	とりにく たまご	かたくりこ	にんじん たまねぎ こまつな	2.3 g
11 ・水	きりぼしだいこんのピリから	ぶたにく	あぶら さとう	にんじん こんにゃく きりぼしだいこん	
	ごはん		ごはん		590 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			24.8 g
	にくじゃが	ぶたにく	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん	12.6 g
	かつおあえ	かまぼこ かつおぶし		キャベツ こまつな	1.9 g
☆ 12 ・木	のりのつくだに	のり	みずあめ		
	ごはん		ごはん		638 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			30.1 g
	かつおとだいたのごまだれ	かつお だいた	コーンスターチ かたくりこ あぶら ごま さとう	しょうが にんにく	16.6 g
	みそしる	みそ わかめ	じゃがいも	たまねぎ えのきたけ	2.3 g
13 ・金	おひたし	かつおぶし		もやし キャベツ こまつな	
	くろコッペパン		パン		601 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			27.7 g
	とりにくのスープに	とりにく		たまねぎ にんじん だいこん こまつな	20.6 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 パセリ	2.3 g
	ヨーグルト	ヨーグルト			

日・曜	献立名 こんだてめい	あかの食品 しよくひん	きいろの食品 しよくひん	みどりの食品 しよくひん	栄養価(中学年) えいようか(ちゅうがくねん)
		おもに体をつくる からだ	おもに熱や力のもとになる ねつ ちから	おもに体の調子を整える からだ ちょうし ととの	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
☆ 17 ・ 火	おたのしみ (じゅうごや)	とりにく ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ みそ	あぶら さとう こめ かたくりこ あぶら さといも	ごぼう にんじん こんにやく にんじん ねぎ こまつな つきみぜりー	658 kcal 28.4 g 28.6 g 2.7 g
18 ・ 水	ごはん ぎゅうにゅう さばのなんぶやき さわにわん いそかあえ	ぎゅうにゅう さば ぶたにく あぶらあげ のり	ごはん ごま あぶら	 しょうが ごぼう たまねぎ にんじん だいこん ほうれんそう もやし キャベツ こまつな	647 kcal 25.5 g 25.7 g 1.9 g
☆ 19 ・ 木	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ バンサンスー オレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいず とうふ ハム	ごはん あぶら さとう かたくりこ はるさめ あぶら さとう ごま	 にんにく しょうが ねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ にら にんじん もやし きゅうり オレンジ	639 kcal 24.8 g 18.1 g 2.0 g
20 ・ 金	ロールパン ぎゅうにゅう スパイシーチキン ABCマカロニスープ あおなとコーンのソテー	 ぎゅうにゅう とりにく とりにく ウインナーソーセージ	パン マカロニ あぶら	 にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう とうもろこし こまつな	620 kcal 29.4 g 29.8 g 2.6 g
24 ・ 火	ごはん ぎゅうにゅう チンジャオロースー はるさめスープ	 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	ごはん あぶら さとう かたくりこ かたくりこ はるさめ	 にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン にんじん ほししいたけ しょうが ねぎ チンゲンサイ	592 kcal 23.2 g 16.9 g 1.9 g
25 ・ 水	ごはん ぎゅうにゅう いわしのかばやき みそしる さっぱりあえ	 ぎゅうにゅう いわし とうふ みそ わかめ	ごはん かたくりこ あぶら さとう さとう	 にんじん ねぎ えのきたけ もやし キャベツ きゅうり	611 kcal 24.0 g 18.0 g 2.3 g
☆ 26 ・ 木	ごはん ぎゅうにゅう タコライスのぐ わかめスープ アセロラゼリー	 ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ とりにく とうふ わかめ	ごはん あぶら さとう あぶら	 たまねぎ にんじん にんにく トマト キャベツ にんじん ねぎ アセロラゼリー	616 kcal 23.7 g 15.8 g 1.9 g
27 ・ 金	ぶどうパン ぎゅうにゅう しろみざかなのマヨネーズやき ミネストローネ やさいソテー	 ぎゅうにゅう ホキ ベーコン ウインナーソーセージ	パン マヨネーズ(卵なし) パンこ あぶら さとう じゃがいも あぶら	 にんにく パセリ セロリー にんにく たまねぎ にんじん トマト パセリ にんじん キャベツ もやし ピーマン	592 kcal 26.0 g 23.8 g 2.6 g
☆ 30 ・ 月	ライトフランスパン ぎゅうにゅう なすとトマトのスパゲッティ キャベツとツナのサラダ	 ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ ツナ	パン あぶら さとう スパゲッティ あぶら さとう ごま	 にんにく たまねぎ トマト なす パセリ にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ	606 kcal 24.9 g 23.9 g 2.4 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。				学校給食摂取基準(中学年) がっこうきゅうしょくせつしゆきじゆん ちゅうがくねん	
※ 各学校で学校行事等により給食を実施しない日がありますので、各学校の行事予定をご確認ください。				エネルギー	565～665kcal
※ 掲載されているもの以外の調味料等も使用しています。				たんぱく質	21.2～32.5g
※ ☆はパクパクあつぎ産デーです。太字の献立に、厚木市内で収穫された地場産物等を使用します。				脂質	14.5～21.6g
※ 収穫状況等により、使用しない場合がありますので、ご了承ください。				食塩相当量 しょくえんそうとうりう	2g以下



令和5年4月から全ての小・中学校で特定原材料の除去食対応が可能になったため、「もぐもぐセブンオフデー」を終了しました。これからも食物アレルギーのある児童・生徒に対し適切な対応に

☆給食に関する届出について☆

- 給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は『学校給食申込変更届出書』（学校、市HPで入手可）に停止期間等をご記入の上、提出してください。
- 給食を再開する場合／喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校に相談の上、『学校給食申込変更届出書』を提出してください。

※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。