

8月 小学校給食献立表



目標

身のまわりをきれいに^{しよく}して^じ食事をしよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
3月	ごはん 牛乳		牛乳			米		564
	やきなすのにくみそかけ	豚肉 鶏レバー みそ			なす しょうが	砂糖	米油	
	けんちんじる	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ			22.4
4火	ごはん 牛乳		牛乳			米		598
	さばのしおこうじやき	さば						
	じゃがいもとたまねぎのみそじる	豆腐 みそ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ ねぎ えのきたけ	じゃがいも		
	ミニトマト(2こ)			ミニトマト				23.3
5水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		611
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	じゃがいも		
	なつやさいとウインナーのソテー	ウインナー		赤ピーマン	たまねぎ コーン 黄ピーマン 枝豆		米油	20.6
6木	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		623
	ごもくらメンスープ	豚肉 なた		にんじん ねぎ	はくさい もやし ねぎ コーン			
	ショーロンポー(2こ)	豚肉			たまねぎ キャベツ	はるさめ だんご 小麦粉		
	れいとうみかん				みかん			25.2
7金	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		694
	とりにくのレモンソースかけ	鶏肉			レモン果汁	砂糖 だんご	米油	
	チリコンカン	豚肉 白いんげんまめ 大豆		にんじん パセリ トマト	たまねぎ セロリ	じゃがいも 砂糖	オリーブ油	
	はくどうゼリー				もも	砂糖		33.1

夏季休業 8/8(土)~8/20(木) 8/21(金)給食なし

24月	ごはん 牛乳		牛乳			米		662
	さけのカレーマヨネーズやき	さけ					マヨネーズ	
	なつやさいのみそじる	豆腐 豚肉 みそ	わかめ	かぼちゃ ねぎ にんじん	なす ねぎ たまねぎ			
	フローズンヨーグルト		フローズンヨーグルト					30.8
25火	サンドイッチパンズパン 牛乳		牛乳			パン		702
	ハンバーグのケチャップソースかけ	牛肉 豚肉 鶏肉			たまねぎ	砂糖 だんご 小麦粉		
	やさいのスープに	フランクフルト		にんじん パセリ	たまねぎ コーン ズッキーニ	じゃがいも		
	キャベツソテー				キャベツ		米油	27.1
26水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		609
	やきぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ	小麦粉 だんご 小麦粉		
	はっぼうさい	豚肉 うずら卵 いか えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ しめじ たけのこ しょうが	だんご	米油 ごま油	
	こざかな		かたくちいわし			砂糖		30.2
27木	ごはん 牛乳		牛乳			米		591
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 だんご		
	さわにわん	豚肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう 干しいたけ ねぎ	だんご		
	れいとうみかん				みかん			23.8
28金	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米		614
	にくだんごのあまずあんかけ	肉団子			たまねぎ	砂糖 だんご	米油	
	ビーフンじる	鶏肉		にんじん にら ねぎ	たまねぎ はくさい もやし ねぎ	ビーフン		
	ぶどうゼリー				ぶどう果汁	砂糖		21.0
31月	ごはん 牛乳		牛乳			米		638
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 タラ			たまねぎ	だんご 小麦粉 小麦粉		
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ねぎ しょうが	砂糖 だんご	ごま油	
	あおなのいためもの			チンゲンサイ	コーン エリンギ		米油	28.1

夏を元気に過ごすための食生活のポイント

朝ごはんは必ず
食べましょう。



こまめに水分を
とりましょう。

夏野菜をしっかり
食べましょう。



＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞

かぼちゃ セロリ たまねぎ
ねぎ チンゲンサイ なす
ミニトマト みかん

平均値	628
	26.0
基準値	630
	26.0

大府市のホームページで【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。

