



浅口市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	主に体をつくるもとになる食品	主に体の調子を整えるもとになる食品	主にエネルギーのもとになる食品	備考				
2 (月)	あぶたま丼 牛乳 もすくの酢の物	牛乳 卵 かまぼこ	油揚げ ちくわ もすく	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ きゅうり	米 さとう でんぷん				
3 (火)	カレーピラフ 牛乳 アスパラサラダ トマトの夏スープ	牛乳 ハム	ベーコン 鶏肉	とうもろこし ピーマン パセリ	たまねぎ アスパラガス トマト	にんじん キャベツ ズッキーニ	米 油 さとう マカロニ じゃがいも		
4 (水)	【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 鶏肉とちくわの揚げ煮 やかましいみそ汁 ソーダゼリー (小中のみ)	 牛乳 豆ちくわ 油揚げ みそ	鶏肉 とうふ わかめ	ピーマン 干しいたけ	にんじん たまねぎ ねぎ	米 油 じゃがいも	でんぷん さとう ソーダゼリー		
5 (木)	きざみきつねうどん 牛乳 しょうゆマヨあえ 冷凍みかん	牛乳 油揚げ かまぼこ	鶏肉 わかめ	たまねぎ しめじ きゅうり	にんじん ねぎ とうもろこし	ごぼう キャベツ みかん	うどん マヨネーズ さとう		
6 (金)	ごはん 牛乳 オイスターソース炒め 肉だんごのスープ	牛乳 合鴨だんご	豚肉	キャベツ たまねぎ えのきたけ	もやし エリンギ ねぎ	ピーマン にんじん	米 はるさめ		
9 (月)	【地産地消週間】 胚芽パン 牛乳 美星豚のトマトソースかけ もち麦入りオニオンスープ	牛乳 ウインナー	豚肉	たまねぎ トマト はくさい	ピーマン パセリ えのきたけ	にんにく にんじん ねぎ	胚芽パン もち麦 オリーブオイル さとう		
10 (火)	【地産地消週間】 ごはん 牛乳 ねぶとの南蛮漬け 花切だいこんのみそ汁 のり佃煮	牛乳 とうふ みそ	ねぶと 油揚げ のり	たまねぎ 干しいたけ	ピーマン にんじん ねぎ	赤ピーマン ねぎ	米 油 じゃがいも	米粉 さとう	
11 (水)	【地産地消週間】 ごはん 牛乳 八宝菜 中華あえ くろまめ (小中のみ)	牛乳 いか かまぼこ わかめ	豚肉 えび 鶏肉 くろまめ	しょうが はくさい ねぎ チンゲンサイ	にんじん たけのこ キャベツ	たまねぎ きくらげ もやし	米 でんぷん さとう	ごま油	
12 (木)	【地産地消週間】 ごはん 牛乳 鶏肉となすのピリ辛煮 とうふの中華スープ	牛乳 赤みそ とうふ	鶏肉 ベーコン わかめ	にんにく チンゲンサイ キャベツ	なす にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	米 さとう		
13 (金)	【地産地消週間】 あさくち天文カレー 牛乳 トレビスサラダ ひるぜんヨーグルト	牛乳 豚肉 ツナ	牛肉 大豆 ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん キャベツ トレビス	しょうが エリンギ きゅうり	たまねぎ トマト とうもろこし	米 油	星形ポテト	
16 (月)	ピピンパ 牛乳 わかめとはるさめのスープ フルーツゼリー	牛乳 赤みそ わかめ	牛肉 ベーコン	にんにく しょうが たけのこ チンゲンサイ	しょうが 干しいたけ たまねぎ	にんじん 豆もやし キャベツ	米 はるさめ フルーツゼリー	さとう	
17 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉の梅しそだれ 塩昆布あえ 夏けんちん汁	牛乳 白みそ とうふ	鶏肉 昆布 油揚げ	青じそ きゅうり たまねぎ ねぎ	梅 こまつな なす	キャベツ にんじん かぼちゃ	米 こんにゃく さとう ごま油		
18 (水)	ごはん 牛乳 筑前煮 ツナのあえ物	牛乳 厚揚げ	鶏肉 ツナ	ごぼう だいこん もやし	にんじん さやいんげん キャベツ	れんこん 干しいたけ とうもろこし	米 じゃがいも さとう 油	こんにゃく	
19 (木)	ソフトめんのミートソースかけ 牛乳 海藻サラダ オレンジ	牛乳 豚肉 鶏肉	牛肉 海藻ミックス	たまねぎ しょうが トマト 赤ピーマン	にんじん グリーンピース キャベツ オレンジ	にんにく エリンギ きゅうり	ソフトめん さとう		
20 (金)	【食育の日～和食献立～】 ごはん 牛乳 あじのレモンみそかけ ごまあえ ばち汁	 牛乳 白みそ かまぼこ	あじ 油揚げ	レモン こまつな えのきたけ	キャベツ たまねぎ だいこん ねぎ	にんじん だいこん	米 ごま さとう そうめんばち		
23 (月)	【鴨方西小学校リクエスト献立】 バターパン 牛乳 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ コンソメスープ プリン	牛乳 ベーコン	鶏肉	しょうが きゅうり たまねぎ しめじ	にんにく とうもろこし にんじん はくさい チンゲンサイ	キャベツ セロリー パセリ	バターパン 油 マヨネーズ プリン	でんぷん じゃがいも	
24 (火)	ゆかりごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ちりめんのあえ物	牛乳 厚揚げ	鶏肉 ちりめん	しそ さやいんげん	にんじん はくさい	たまねぎ きゅうり	米 こんにゃく さとう 油	じゃがいも	
25 (水)	ごはん 牛乳 さばのもろみ焼き 五色あえ すまし汁	牛乳 もろみみそ わかめ	さば かまぼこ	もやし とうもろこし ねぎ	きゅうり えのきたけ	にんじん たまねぎ	米 でんぷん さとう		
26 (木)	ごはん 牛乳 マーボーなす チョレギサラダ	牛乳 赤みそ	豚肉 のり	にんにく しょうが にんじん 干しいたけ もやし	しょうが たまねぎ ねぎ きゅうり	なす たけのこ キャベツ 赤ピーマン	米 でんぷん さとう		
27 (金)	キムタクごはん 牛乳 しゅうまい 茎わかめのサラダ 中華スープ	牛乳 米粉しゅうまい 鶏肉 ウインナー	豚肉 茎わかめ	はくさい こまつな えのきたけ	干しいたけ にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ	米 さとう ごま油 はるさめ		
30 (月)	ごはん 牛乳 いわしの梅フライ ごぼうのごまドレあえ 赤だし	牛乳 いわしの梅フライ とうふ 赤みそ	ハム 油揚げ	ごぼう 黄ピーマン しめじ	キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ	きゅうり	米 油 ごま じゃがいも		

※都合により献立を変更することがあります。