

# 8月分予定献立表

月	火	水	木	金
25                      ○牛乳 <b>なつやさいのカレーライス</b> □ごはん ☆かぼちゃ ○とりにく ☆トマト ○ぶたにく ☆ふわたろろがなす ○だいたすにく ☆ピーマン ☆たまねぎ カレールウ <b>フルーツポンチ</b> □ゼリー ☆みかん ○かんでん ☆もも ☆パイナップル きゅうしょくが はじまります♪ 763kcal	26                      ○牛乳 □パン <b>タイビーエン</b> ○ぶたにく ☆いんげん ○いか ☆しょうが ○うずらたまご □はるさめ ☆キャベツ ちゅうかだし ☆たまねぎ さけ ☆はくさい こしょう ☆にんじん ○※しゅうまい(2こ) 618kcal	27                     ○牛乳 □ごはん <b>じゃがいものそぼろに</b> ○とりにく □じゃがいも ☆たまねぎ しょうゆ ☆にんじん さとう ☆いんげん さけ ☆しょうが みりん ☆こんにゃく <b>じゃこあえ</b> ☆だいこん しょうゆ ☆きゅうり さとう ○ちりめんじゃこ □ごまあぶら す 589kcal	28                     ○※ジョア □※げんりょうゆかりごはん <b>ひやしうどん とりささみのさっぱりサラダ</b> □うどん □ごま ○とりにく しょうゆ ☆キャベツ かつおぶし ☆きゅうり さとう ☆にんじん す ☆うめ ○※ごもくたまごやき ※めんつゆ(クラス2ほん) 578kcal	29                      ○牛乳 □パン <b>トマトに</b> ○とりにく □じゃがいも ○ミックスビーンズ □オリーブゆ ☆たまねぎ ケチャップ ☆にんじん トマト ☆キャベツ トマトピューレー ☆しめじ ちゅうのうソース ☆コンソメ ☆しめじ さとう ☆フロッコリー こしょう ☆にんにく ☆※かぼちゃコロッケ 721kcal

**8月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物**

ふわたろろ長なす、  
胡瓜、玉ねぎ、人参

岩出市の食材が使われて  
いる日は、**ぞうへいちゃん**  
のイラストをのせ、食材名  
を太字にしています。

きめて  
みてね

給食では、市内産、県内産のものを多く  
使用することで産地産を促しています。

**ビタミンCの効果**

**1** 天航海時代  
病気を治すには、ビタミンCが大切！  
野菜や果物をたくさん食べよう！

**2** 元気な体は、ビタミンCが大切！  
野菜や果物をたくさん食べよう！

**3** 干しパンには、かたいたパンや無糖パンは、なかつたからです。  
ビタミンCは、からだのエネルギーに変わります。

**4** その後の、私たちが食べる野菜や果物は、ビタミンCが豊富に含んでいます。

8月31日は「野菜の白」です。  
野菜を食べて毎日元気にすごしましょう。

□・・き（ねつやちからのもとになる） ○・・あか（ち、にく、ほねをつくる） ☆・・みどり（からだのちょうしをととのえる）  
\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。

令和7年度

8 月分アレルギー表

山

岩出市学校給食共同調理場

日	曜	献立名	
25	月	夏野菜のカレーライス フルーツポンチ	牛乳 夏野菜のカレーライス{鶏 豚 大豆肉(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏)} フルーツポンチ(もも)
26	火	パン タイピーエン しゅうまい(2個)	牛乳 パン(小麦) タイピーエン{豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
27	水	ごはん じゃがいものそぼろ煮 じゃこ和え	牛乳 じゃがいものそぼろ煮{鶏 調味料(小麦 大豆)} じゃこ和え{調味料(小麦 大豆 ごま)}
28	木	減量ゆかりごはん 冷やしうどん 鶏ささみのさっぱりサラダ 五目玉子焼き めんつゆ(クラス2本)	ジョア 減量ゆかりごはん(無) ジョア(乳) 冷やしうどん 鶏ささみのさっぱりサラダ{うどん(小麦) 鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)} 五目玉子焼き(小麦 卵 乳 大豆) めんつゆ(小麦 大豆)
29	金	パン トマト煮 かぼちゃコロッケ	牛乳 パン(小麦) トマト煮{鶏 ミックスビーンズ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} かぼちゃコロッケ(小麦 大豆)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド  
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ ごま カシューナッツ

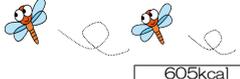
\* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

\* (無)・・・対象原材料28品目が食品に含まれていないことを意味します。

\* コンタミネーション(原材料としては使用されていないが、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

\* 一部 商品名を載せています。

# 9月分予定献立表

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
<p>※ジョア(いちご)</p> <p>ごはん</p> <p>ちくぜんに</p> <p>○とりにく ☆こんにやく ○ひらてん しょうゆ ☆だいこん さとう ☆にんじん さけ ☆ごぼう みりん ☆いんげん □ごまあぶら</p> <p>※いわしのうめに</p> <p>ほねごとたべられます。</p> <p>598kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>トマトとまめのスープ</p> <p>○ベーコン □じゃがいも ☆たまねぎ □マカロニ ☆キャベツ □ひよこまめ ☆トマト □レンズまめ ☆フロッコリー コンソメ ☆にんじん こしょう</p> <p>※ぎゅうじくコロッケ</p>  <p>703kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげとわかめのみそしる</p> <p>○あつあげ ☆にんじん ○わかめ ☆しめじ ☆たまねぎ □じゃがいも ☆こまつな □みそ ☆はくさい だしパック</p> <p>※とうふハンバーグ(わふうきのコース)</p> <p>○※とうふハンバーグ みりん ☆たまねぎ さとう ☆えのきたけ さけ ☆しょうが かたくりこ しょうゆ</p> <p>586kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>げんりょうごはん</p> <p>ながさきちゃんぽん</p> <p>○ちゃんぽんめん ☆とうもろこし ○ぶたにく ☆しょうが ○いか ちゃんぽんスープのもと ○かまぼこ ちゅうかだし ○とうにゅう しょうゆ ☆キャベツ さけ ☆もやし しお ☆いんげん こしょう ☆にんじん</p> <p>※ぎょうざ(2こ)</p> <p>597kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>ABCマカロニスープ</p> <p>○とりにく ☆にんじん ☆キャベツ □マカロニ ☆たまねぎ コンソメ ☆だいこん こしょう ☆こまつな</p> <p>※とうにゅうクリームコロッケ</p>  <p>582kcal</p>
8	9	10	11	12
<p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>とうにゅうごまみそしる</p> <p>○ぶたにく ☆こんにやく ○あぶらあげ □じゃがいも ☆はくさい ○とうにゅう ☆こまつな □ねりごま ☆にんじん □みそ ☆えのきたけ だしパック ☆ごぼう</p> <p>※まぐろカツ</p>  <p>605kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>チキンチャップ</p> <p>○とりにく ケチャップ ☆たまねぎ あかワイン ☆にんじん ちゅうのうソース ☆しめじ コンソメ ☆いんげん しお ☆にんにく さとう □じゃがいも こしょう</p> <p>ツナサラダ</p> <p>☆キャベツ □ごまあぶら ☆だいこん す ☆フロッコリー さとう ○ツナ しょうゆ □ごま しお</p> <p>584kcal</p>	<p>※ジョア(ブルーベリー)</p> <p>ごはん</p> <p>とうがんじる</p> <p>○ぶたにく ☆にんじん ○とうふ ☆ふわとろがなす ○あぶらあげ □みそ ☆とうがん だしパック ☆こまつな</p> <p>さばのかおりあげ</p> <p>○さば しょうゆ かたくりこ さとう ☆しょうが さけ</p> <p>681kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ビビンバ</p> <p>○ごはん ☆きりほしだいこん ○とりにく ☆にんにく ○ぶたにく ☆しょうが ○だいにすく □ごま ○たまご □ごまあぶら ☆はくさいキムチ しょうゆ ☆キャベツ さとう ☆にんじん す ☆ほうれんそう</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>☆きゅうり □ごまあぶら ☆とうもろこし す □はるさめ しょうゆ □ごま さとう</p> <p>596kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>チキンヌードルスープ</p> <p>○とりにく ☆いんげん ☆キャベツ □マカロニ ☆たまねぎ コンソメ ☆だいこん こしょう ☆にんじん</p> <p>しろみざかなのいちじくソース</p> <p>○たら しょうゆ ☆いちじく さとう ☆レモン あかワイン ☆しお かたくりこ こしょう きのかわしんです。</p> <p>609kcal</p>
15	16	17	18	19
<p>敬老の日</p>  <p>620kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>カレースパじる</p> <p>○とりにく カレールウ ☆たまねぎ トマトピューレー ☆にんじん コンソメ □じゃがいも こしょう □スナグティ</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>○ハム ☆とうもろこし ☆キャベツ □コールスロードレッシング ☆きゅうり</p> <p>620kcal</p>	<p>※ジョア</p> <p>ごはん</p> <p>ぶたじる</p> <p>○ぶたにく ☆はくさい ○とうふ ☆ごぼう ☆たまねぎ □じゃがいも ☆にんじん □みそ ☆だいこん だしパック</p> <p>しろみざかなのきのこなんばんづけ</p> <p>○たら ☆しめじ かたくりこ す ☆たまねぎ しょうゆ ☆えのきたけ さとう</p> <p>589kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>スタミナにくみそどん</p> <p>○ごはん □ごま ○とりにく □ごまあぶら ○ぶたにく □みそ ○だいにすく しょうゆ ☆たまねぎ オイスターソース ☆にんじん さとう ☆しょうが ちゅうかだし ☆にんにく さけ ☆しいたけ トウバンジャン</p> <p>もやしとおおなのナムル</p> <p>☆もやし □ごまあぶら ☆こまつな しょうゆ ☆にんじん さとう ☆にんにく しお □ごま トウバンジャン □ごまあぶら</p> <p>579kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>かぼちゃポターージュ</p> <p>○ベーコン □じゃがいも ☆たまねぎ ○ぎゅうにゅう ☆かぼちゃ ポターージュのもと ☆しめじ コンソメ</p> <p>ハニーレモンチキン(2こ)</p> <p>○とりにく かたくりこ ☆レモン しょうゆ ☆しお みりん こしょう はちみつ</p> <p>676kcal</p>
22	23	24	25	26
<p>※ジョア(ブルーベリー)</p> <p>ごはん</p> <p>キムチに</p> <p>○ぶたにく ☆こんにやく ○とうふ □みそ ☆はくさい □ごまあぶら ☆はくさいキムチ ちゅうかだし ☆たまねぎ さけ ☆もやし しょうゆ ☆にんにく さとう</p> <p>※いかドーナツフライ(2こ)</p>  <p>614kcal</p>	<p>秋分の日</p> <p>しゅうぶん ひ</p>  <p>620kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>ハヤシライス</p> <p>○ごはん ☆トマト ○ぶたにく □じゃがいも ☆たまねぎ コンソメ ☆にんじん ハヤシルウ</p> <p>こんにやくかいそうのサラダ</p> <p>○かいそうミックス ☆こんにやく ☆きゅうり しそドレッシング ☆とうもろこし</p>  <p>598kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>かみなりあつあげ</p> <p>○とりにく ☆こんにやく ○あつあげ □ごまあぶら ☆たまねぎ しょうゆ ☆にんじん さとう ☆だいこん みりん ☆ごぼう だしパック ☆いんげん ちゅうかだし ☆しいたけ かたくりこ ☆しょうが</p> <p>こまつなのおかかえ</p> <p>☆キャベツ ○かつおぶし ☆こまつな しょうゆ ☆にんじん さとう</p> <p>589kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>なつのみネストローネ</p> <p>○ベーコン ☆にんにく ☆たまねぎ □じゃがいも ☆トマト □マカロニ ☆キャベツ トマトピューレー ☆ズッキーニ コンソメ ☆ふわとろがなす ○オリーブ ☆しめじ こしょう</p> <p>※ハンバーグ(デミグラスソース)</p> <p>○※ハンバーグ ケチャップ ☆たまねぎ ウスターソース ☆トマト さとう デミグラスソース</p> <p>614kcal</p>
29	30	<p>9月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物</p> <p>ふわたろ長なす、人蔘、 胡瓜、冬瓜、玉ねぎ</p>  <p>岩出市の食材が使われて いる日は、そうへいちゃん のイラストをのせ、食材名 を太字にしています。</p>  <p>たくさん たべましょう!</p> <p>給食では、県内産のものを多く 使用することで地産地消を進めています。</p>		
<p>※ジョア</p> <p>なすいりごうやてたんたんどん</p> <p>○ごはん □ごまあぶら ○とりにく □みそ ○こうやとうふ しょうゆ ☆たまねぎ オイスターソース ☆にんじん さとう ☆ふわとろがなす ちゅうかだし ☆しょうが トウバンジャン □ごま</p> <p>ごまマヨネーズあえ</p> <p>○ツナ □ごま ○ちりめんじゃこ □たまごなまヨネーズ ☆だいこん す ☆にんじん しょうゆ</p> <p>624kcal</p>	<p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>とうにゅうコンポターージュ</p> <p>○ベーコン □じゃがいも ☆たまねぎ □とうにゅう ☆にんじん ☆コーンクリーム ☆とうもろこし コーンポターージュのもと ☆いんげん コンソメ</p> <p>※やきウィンナー(チリビーンズソース)</p> <p>○※ウィンナー ケチャップ ○だいにす カレー ☆たまねぎ チリパウダー ☆トマト しお トマトピューレー かたくりこ</p> <p>640kcal</p>			

□・・・き(なつやちからのもとになる) ○・・・あか(ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり(からだのちようしをととのえる)  
\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。

日 曜	献 立 名	
1 月	ごはん ちく前煮 いわしの梅煮	ジョア(乳) ちく前煮{鶏 調味料(小麦 大豆 ごま)} いわしの梅煮(小麦 大豆)
2 火	パン トマトと豆のスープ 牛肉コロッケ	牛乳 パン(小麦) トマトと豆のスープ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
3 水	ごはん 厚揚げとわかめのみそ汁 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)	牛乳 厚揚げとわかめのみそ汁{厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)} 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース){豆腐ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆)}
4 木	減量ごはん 長崎ちゃんぽん ぎょうざ(2個)	牛乳 長崎ちゃんぽん{ちゃんぽん麺(小麦) 豚 いか 豆乳(大豆) 調味料(豚 鶏 小麦 大豆 ごま)} ぎょうざ(小麦 大豆 鶏 豚)
5 金	パン ABCマカロニスープ 豆乳クリームコロッケ	牛乳 パン(小麦) ABCマカロニスープ{鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 豆乳クリームコロッケ(小麦 大豆 ゼラチン)
8 月	ごはん 豆乳ごまみそ汁 まぐろカツ	牛乳 豆乳ごまみそ汁{豚 油揚げ(大豆) 豆乳(大豆) ごま 調味料(大豆 さば)} まぐろカツ(小麦 大豆 豚)
9 火	パン チキンチャップ ツナサラダ	牛乳 パン(小麦) チキンチャップ{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} ツナサラダ{ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)}
10 水	ごはん 冬瓜汁 さばの香り揚げ	ジョア(乳) 冬瓜汁{豚 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)} さばの香り揚げ{さば 調味料(小麦 大豆)}
11 木	ビビンバ 春雨サラダ	牛乳 ビビンバ{鶏 豚 大豆肉(大豆) 卵(卵 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)} 春雨サラダ{ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)}
12 金	パン チキンヌードルスープ 白身魚のいちじくソース	牛乳 パン(小麦) チキンヌードルスープ{鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 白身魚のいちじくソース{調味料(小麦 大豆)}
16 火	パン カレースパ汁 コールスローサラダ	牛乳 パン(小麦) カレースパ汁{スパゲティ(小麦) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} コールスローサラダ{ハム(卵 乳 大豆 豚 ゼラチン)}
17 水	ごはん 豚汁 白身魚のきのこ南蛮漬け	ジョア(乳) 豚汁{豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} 白身魚のきのこ南蛮漬け{調味料(小麦 大豆)}
18 木	スタミナ肉みそ丼 もやしと青菜のナムル	牛乳 スタミナ肉みそ丼{鶏 豚 大豆肉(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} ナムル{ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)}
19 金	パン かぼちゃポターージュ ハニーレモンチキン(2個)	牛乳 パン(小麦) かぼちゃポターージュ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)} ハニーレモンチキン{鶏 調味料(小麦 大豆)}
22 月	ごはん キムチ煮 いかドーナツフライ(2個)	ジョア(乳) キムチ煮{豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦 鶏 ごま)} いかドーナツフライ(いか 大豆 小麦 卵 乳)
24 水	ハヤシライス こんにやくと海藻のサラダ	牛乳 ハヤシライス{豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} こんにやくと海藻のサラダ{調味料(小麦 大豆)}
25 木	ごはん 雷厚揚げ 小松菜のおかか和え	牛乳 雷厚揚げ{厚揚げ(大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま さば)} 小松菜のおかか和え{調味料(小麦 大豆)}
26 金	パン 夏のミネストローネ ハンバーグ(デミグラスソース)	牛乳 パン(小麦) 夏のミネストローネ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} ハンバーグ(デミグラスソース){ハンバーグ(小麦 乳 牛 大豆 鶏) 調味料(小麦 牛 大豆 豚)}
29 月	なす入り高野で坦々丼 ごまマヨネーズ和え	ジョア(乳) なす入り高野で坦々丼{鶏 高野豆腐(大豆) ごま 調味料(ごま 大豆 小麦 鶏)} ジョア(乳) ごまマヨネーズ和え{ごま 調味料(小麦 大豆)}
30 火	パン 豆乳コーンポターージュ 焼きウインナー(チリビーンズソース)	牛乳 パン(小麦) 豆乳コーンポターージュ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 豆乳(大豆) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)} 焼きウインナー(チリビーンズソース){ウインナー(鶏) 大豆}

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド  
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ ごま カシューナッツ

\* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

\* (無)・・・対象原材料28品目が食品に含まれていないことを意味します。

\* コンタミネーション(原材料としては使用されていないが、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載していません。

\* 一部 商品名を載せています。