

8月分予定献立表

火		水		木		金	
25		26		27		28	
○牛乳		○牛乳		○牛乳		○※ジョア	
なすとトマトのカレーライス □ごはん ☆人参 ○鶏肉 ☆ふわとろ長なす □じゃが芋 ☆トマト ☆玉ねぎ カレールウ ☆ねごろ大唐 フルーツポンチ □ゼリー ☆みかん ○寒天 ☆桃 ☆パイナップル		ビビンバ □ごはん ☆しょうが ○鶏肉 ☆にんにく ○豚肉 □ごま ○卵 □ごま油 ☆キャベツ □砂糖 ☆人参 しょうゆ ☆ほうれん草 オイスターソース ☆切干し大根 酢 ☆白菜キムチ		□パン 冬瓜のスープ ○ベーコン ☆キャベツ □じゃが芋 ☆とうもろこし ☆冬瓜 ☆しめじ ☆玉ねぎ コンソメ ☆人参 こしょう ※焼きウインナー(チリビーンズソース) ○※ウインナー トマトピューレー ○大豆 ケチャップ ☆玉ねぎ カレー粉 ☆トマト チリパウダー □片栗粉 塩		□※減量わかめごはん 冷やしうどん 豚肉のごましゃぶサラダ □うどん ☆レタス ○豚肉 ☆にんにく ☆パプリカ □ごまドレッシング ☆きゅうり 酒 ☆キャベツ ○※きょうざ(2個) ※めんつゆ(クラス3本)	
906kcal		871kcal		676kcal		808kcal	
朝ごはんを 食べてから 登校しよう		早起き 早寝 朝ごはん		岩出市の食材が使われている日は、 そうへいちゃんイラストをのせ、 食材名を太字にしています。		8月使用予定の 市内産・県内産野菜と果物 ねごろ大唐、ふわとろ長なす きゅうり、冬瓜、玉ねぎ	
月 31 ○牛乳 □パン 夏野菜の塩こうじスープ ○鶏肉 ☆スッキーニ □じゃが芋 ☆トマト ☆玉ねぎ 塩こうじ ☆人参 コンソメ ☆キャベツ こしょう 鶏肉のマーマレード焼き ○鶏肉 □マーマレード ☆しょうが しょうゆ ☆にんにく 8月31日は野菜の日 744kcal		元気に1日をすごすためには、早起き、 早寝の習慣を身につけて、朝ごはんを しっかりとることが大切です。		さがして みてね 給食では、市内産、県内産のものを多く 使用することで地産地消を進めています。		市内産・県内産野菜と果物	

□・・黄(熱や力のもとになる) ○・・赤(血、肉、骨を作る) ☆・・緑(体の調子を整える)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。