



学校給食献立予定表(7月)

須賀川市立西袋中学校

日	曜	こんだてめい	おもなざいりょう				栄養価								
			血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	熱や力になる食品	調味料 その他	1補料	たんぱく質	脂質	加ゆみ	塩分				
1	月		県陸上大会のため給食なし												
2	火		県陸上大会のため給食なし												
3	水		県陸上大会のため給食なし												
4	木	食パン 牛乳 水餃子 チキンサラダ ヨーグルト	牛乳 ぎょうざ なたとチキン水煮 ヨーグルト	にんじん チンゲンツアイ 干しいたけ もやし きゅうり コーン缶	鶏豚湯 ごま油 ダイスポテト 油 三温糖	鶏豚湯 塩 こしょう 酢	704	28.2	21.9	581	2.9				
5	金	(七夕献立) 麦ごはん 牛乳 ハンバーグ 枝豆サラダ 天の川スープ	牛乳 ハンバーグ ロースハム とり肉 とうふ かつお節厚削り	むき枝豆 もやし きゅうり にんじん ほうれんそう	給食用精米 おおむぎ 油 砂糖 そうめん 麩	グチャップソース 酢 しょうゆ 塩 こしょう	806	32.3	24.6	455	2.5				
8	月	(県の食材活用献立) 麦ごはん 牛乳 県産豚肉のとなかつ 須賀川産きゅうり漬け 県産野菜たっぷり呉汁 ハッパリス カルトマツヨコ	牛乳 トンカツ 大豆 油揚げ みそ かつお節	きゅうり だいこん にんじん ごぼう ねぎ	給食用精米 おおむぎ 油 ごま 焼きシヨコ	ソース 塩 しょうゆ	946	30.2	34.4	329	2.2				
9	火	中華めん 味噌ラーメンスープ 牛乳 かぼちゃのカレー風味サラダ ぎょうざ	ぶた肉 牛乳 ロースハム ぎょうざ わかめ	にんじん もやし コーン缶 ねぎ キャベツ いらしゅうが にんにく かぼちゃ きゅうり	中華めん バター 油 砂糖	ラーメンスープ しょうゆ 酢 カレー粉 塩	863	34.5	26.6	377	3.4				
10	水	シーチキンごはん 牛乳 スタミナ豚汁 ほうれん草ともやしのごま和え	まぐろフレーク 牛乳 ぶた肉 みそ 煮干し	しょうが なす たまねぎ かぼちゃ いらしゅうが にんにく ほうれんそう もやし	給食用精米 おおむぎ 油 白いり胡麻 白すり胡麻 三温糖	酒 みりん しょうゆ	839	32.0	28.9	327	2.5				
11	木	コッペパン 牛乳 夏野菜ポトフ チーズサラダ もも汁(福島県産)	牛乳 とり肉 大豆水煮	にんじん たまねぎ キャベツ さやいんげん コーン にんにく きゅうり	じゃがいも 油 三温糖 ももジャム	コンソメ 塩 こしょう しょうゆ 酢	744	35.9	21.5	398	2.6				
12	金	(きゅうり天王祭) 麦ごはん 牛乳 いわし煮 きゅうりとたくあんが かりあえ 田舎汁	牛乳 いわし なまあげ みそ かつお節	きゅうり にんじん たくあん ごぼう だいこん ねぎ	給食用精米 おおむぎ ごま油 白いり胡麻 じゃがいも こんにゃく	しょうゆ	715	27.0	16.7	376	2.6				
16	火	(パリパリパッパ応援献立) コッペパン 牛乳 おろし キャベツが コッパス マヨ(いちご)	牛乳 チーズオムレツ ベーコン	にんじん キャベツ コーン缶 レーズン たまねぎ ほうれん草 パセリ	砂糖 油 じゃがいも マカロン	酢 塩 こしょう コンソメ	780	27.4	28.0	376	3.2				
17	水	麦ごはん 牛乳 ポークカレー 春雨サラダ	牛乳 ぶた肉 かつお節	しょうが にんにく にんじん たまねぎ グリーンピース きゅうり キャベツ	給食用精米 おおむぎ 油 じゃがいも ごま油 三温糖 春雨 白いり胡麻	グチャップ ソース チャップりんごソース かりしゅうゆ 酢	851	27.1	26.5	296	2.9				
18	木	ゆみどり(背割れ)ハッパリス(スラッパ)ヨー カフェオレ 小松菜のスープ	かた肉 豚ひき肉 大豆 粉チーズ ベーコン	たまねぎ ピーマン こまつな キャベツ ぶなしめじ 生にんじん	パン 油 三温糖 じゃがいも	からしソース グチャップ チャップ スパゲッティ こしょう	734	32.3	25.8	355	3.0				
19	金		終業式のため給食なし												



学校給食献立予定表(8月)



日	曜	こんだてめい	おもなざいりょう				栄養価								
			血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	熱や力になる食品	調味料 その他	1補料	たんぱく質	脂質	加ゆみ	塩分				
26	月		始業式のため給食なし												
27	火	食パン 牛乳 マロニーサラダ トック チョコクリーム	牛乳 かつお節 とり肉 かつお節 ハム	きゅうり たまねぎ キャベツ にんじん 干しいたけ ねぎ こまつな しょうが	パン マロニー トック 白いり胡麻 チョココリーム マヨネーズ 砂糖	塩 こしょう 中華あじ しょうゆ	744	26.5	25.7	345	2.8				
28	水	麦ごはん 牛乳 夏野菜のカレー きゅうりのさっぱりサラダ	牛乳 ぶた肉	にんにく しょうが にんじん なす かぼちゃ トマト 缶 たまねぎ きゅうり もやし ろめ	給食用精米 おおむぎ 油 じゃがいも 砂糖	りんごソース かりしゅうゆ 酢 グチャップ ソース しょうゆ	810	26.9	21.1	299	2.7				
29	木	ミルクパン 牛乳 肉団子 海藻サラダ ミネストローネ	牛乳 肉だんご ベーコン 海藻サラダ	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんじん セロリ パセリ にんにく トマト	三温糖 油 じゃがいも マカロニ	しょうゆ 酢 デミグラスソース コンソメ 塩 こしょう	747	28.9	22.6	531	3.3				
30	金	(野菜の日) 麦ごはん 牛乳 さば味噌煮 にらもやし炒め 野菜スープ 梨	牛乳 さば 豚ひき肉	もやし キャベツ にんじん いらかぼちゃ たまねぎ ほうれんそう しめじ なし	給食用精米 おおむぎ ごま油 酒	酒 オスターソース しょうゆ コンソメ 塩 こしょう しょうゆ	752	28.3	19.4	301	2.5				
					学校給食 実施基準値	中学校生徒 (12~14歳の場合)	830	34.2	23.1	450	2.5未満				

