

8・9月の予定献立表

富山市立大泉中学校
富山市南学校給食センター

日	曜日	主食	牛乳	副食	使用する食品名					
				献立名	赤体をつくるもの		緑体の調子を整えるもの		黄熱や力になるもの	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
30	月	ごはん		高野豆腐の卵とじ ☆わかさぎのフリッター 甘酢あえ 飲むヨーグルト	☆大豆 豚肉 高野豆腐 卵	☆わかさぎ 飲むヨーグルト	にんじん	きゅうり もやし たまねぎ しめじ グリーンピース	精白米 ☆小麦粉 油 ☆でん粉 ☆パン粉 砂糖 ごま こんにゃく じゃがいも	
31	火	食パン	○	チリコンカン こふきいも 野菜スープ 棒チーズ パナナ	豚肉 金時豆 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	にんにく たまねぎ とうもろこし 白菜 パナナ	食パン じゃがいも	油
1	水	ごはん	○	鶏肉の米粉揚げ コールスローサラダ なすのみそ汁	鶏肉 うす揚げ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ なす えのきたけ	精白米 米粉 油 イタリアン ドレッシング	
2	木	ごはん	○	☆ほたての香味焼き もずくのチャプチェ ごまけんちん	☆ほたてがし 豚肉 木綿豆腐	牛乳 もずく	ピーマン にんじん	にんにく 大根 たまねぎ ごぼう しょうが	精白米 ☆砂糖 油 こんにゃく ごま油 じゃがいも ごま	
3	金	ごはん	○	☆さばの銀紙焼き はりはりあえ 冬瓜の吉野煮 冷凍みかん	☆さば 鶏肉	牛乳	小松菜 にんじん	切干大根 たまねぎ 冬瓜 枝豆 みかん	精白米 ☆砂糖 でん粉	
6	月	ごはん	○	豚肉のキムチ炒め きゅうりもみ 茎わかめスープ パナナ	豚肉	牛乳 茎わかめ	にら にんじん	キムチ もやし しめじ きゅうり たけのこ たまねぎ パナナ	精白米 砂糖 油 ごま	
7	火	コッペパン	○	☆チキンナゲット フレンチサラダ かぼちゃポタージュ	☆鶏肉	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	ブロッコリー にんじん かぼちゃ	キャベツ たまねぎ	コッペパン 砂糖 油 じゃがいも オリーブオイル ☆小麦粉 ☆でん粉 ホワイトルウ	
8	水	ごはん	○	大根のみそ煮込み ☆いわしの生姜味 コーンあえ 冷凍パイ	☆いわし 豚肉 厚揚げ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	☆しょうが 白菜 とうもろこし 大根 パインアップル	精白米 ☆砂糖 こんにゃく じゃがいも	
9	木	ごはん	○	☆厚焼き卵 えびときのこのガーリックソテー 呉汁 穀物ふりかけ	☆卵 えび 焼き豆腐 大豆	牛乳	グリーンアスパラガス にんじん	にんにく エリンギ 大根 ごぼう ねぎ	精白米 ☆砂糖 オリーブ 穀物ふりかけ オイル	
10	金	ごはん	○	鮭のから揚げ 小松菜ともやしの香味あえ 豆腐の野菜あんかけ	鮭 豆腐	牛乳	小松菜 にんじん いんげん	もやし ねぎ しょうが たまねぎ 白菜 えのきたけ	精白米 でん粉 油 砂糖 ごま油	
13	月	ごはん	○	☆揚げ出し豆腐のごまだれかけ ゆかりあえ みそ汁	☆大豆 ☆豆乳	牛乳	にんじん チンゲンサイ	もやし ゆかり 大根 ねぎ	精白米 砂糖 油 ☆でん粉 じゃがいも ごま	
14	火	減量食パン	○	ベーコンとひじきの和風スパゲッティ ☆照焼きチキン ビーンズサラダ	☆鶏肉 ひよこ豆 青えんどう 赤えんどう ベーコン	牛乳 ひじき	にんじん ピーマン	カリフラワー きゅうり レモン にんにく たまねぎ しめじ	食パン 砂糖 油 スパゲッティ オリーブ オイル	
15	水	ごはん	○	十五夜ハンバーグカレーライス (カレーライス ☆うさぎ形ハンバーグ) フルーツ白玉	☆豚肉 ☆鶏肉	牛乳	にんじん	にんにく しょうが ☆たまねぎ りんご もも パインアップル	精白米 ☆砂糖 油 じゃがいも カレールウ 白玉団子 ☆ラード	
16	木	ごはん	○	ふくらぎのえごま揚げ 枝豆のマリネ 豆腐スープ ヨーグルト	ふくらぎ 豆腐	牛乳 ヨーグルト	にんじん	えごまの葉 たまねぎ きゅうり 枝豆 しめじ もやし	精白米 小麦粉 油 砂糖 ごま オリーブオイル	
17	金	新人大会								
21	火	ごはん	○	豚肉とじゃがいものうま煮 ☆いわしの土佐煮 華風あえ	☆いわし 豚肉	牛乳	にんじん いんげん	大根 きゅうり たまねぎ たけのこ	精白米 こんにゃく 油 じゃがいも ☆砂糖	ごま
22	水	ごはん	○	南蛮煮 ☆さばのみりん焼き おひたし	☆さば 鶏肉	牛乳	チンゲンサイ にんじん	キャベツ たまねぎ	精白米 こんにゃく じゃがいも ☆砂糖 ☆水あめ	
24	金	ごはん	○	魚とひよこ豆の甘からめ ゆでブロッコリー すまし汁 冷凍りんご	ホキ ひよこ豆 うす揚げ	牛乳	ブロッコリー にんじん	しょうが たまねぎ しめじ ねぎ りんご	精白米 でん粉 油 砂糖	
25	土	ごはん	○	マーボー豆腐 ☆えびパオツ パンサンスー	☆えび ☆たら 豚肉 豆腐	牛乳	にんじん	☆たまねぎ キャベツ きゅうり しょうが にんにく ねぎ 干ししいたけ たけのこ	精白米 ☆でん粉 ☆ラード 春雨 砂糖 ごま油 ☆パン粉 ☆小麦粉 ごま 油	
28	火	米粉コッペパン	○	☆きびなごのさくさく揚げ かぶのサラダ トマトスープ パナナ	☆きびなご	牛乳	にんじん トマト	かぶ きゅうり たまねぎ パナナ	米粉コッペパン ☆米粉 ☆油 ☆じゃがいも ☆でん粉 オリーブ 砂糖 マカロニ オイル	
29	水	ごはん	○	☆赤魚の塩焼き 卵ときくらげの炒め物 炊きあわせ	☆赤魚 卵 ベーコン がんもどき	牛乳 昆布	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ エリンギ きくらげ 大根	精白米 砂糖 油 じゃがいも こんにゃく	ごま
30	木	ごはん	○	豚肉の香り揚げ よごし つみれ汁	豚肉 つみれ	牛乳	小松菜 にんじん	しょうが もやし ごぼう 白菜 ねぎ	精白米 でん粉 油 砂糖 ごま	

※学校給食の食材について

富山市学校給食会のホームページで、学校給食用食材（青果物・魚）の予定産地を公開しています。

☆：加工食品またはそれに使われているおもな原材料