

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 热や力になるもの	
				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 たまねぎ グリンピース	もやし しめじ	精白米 ☆小麦粉 ☆でん粉 ☆パン粉 砂糖 こんにゃく ジャガイモ	油 ごま
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 バナナ	豚肉 金時豆 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	にんにく とうもろこし バナナ	たまねぎ 白菜	食パン ジャガイモ	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 たまねぎ えのきだけ	きゅうり なす	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 もずくのチャプチエ ごまけんちん	☆ほたてがい 豚肉 木綿豆腐	牛乳 もずく	ピーマン にんじん	にんにく たまねぎ しょうが	大根 ごぼう	精白米 ☆砂糖 こんにゃく ジャガイモ	油 ごま油 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 冬瓜 枝豆 みかん	たまねぎ 枝豆	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 バナナ	豚肉	牛乳 茎わかめ	にら にんじん	キムチ きゅうり たまねぎ	もやし たけのこ バナナ	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	プロッコリー にんじん かぼちゃ	キャベツ	たまねぎ	コッペパン 砂糖 ☆小麦粉 ☆でん粉	油 オリーブオイル 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 冷凍パイン	☆いわし 豚肉 厚揚げ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	☆しょうが とうもろこし 白菜	白菜 大根 パインアップル	精白米 ☆砂糖 こんにゃく ジャガイモ	
9	木	ごはん	○	☆厚焼き卵 えびときのこのガーリックソテー 吳汁 豆腐ふりかけ	☆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 大根 ねぎ	エリンギ ごぼう	精白米 ☆砂糖 穀物ふりかけ	オリーブ 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 しょうが 白菜	ねぎ たまねぎ えのきだけ	精白米 でん粉 砂糖	油 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 チングエンサイ	もやし 大根	ゆかり ねぎ	精白米 砂糖 ☆でん粉 ジャガイモ	油 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	牛乳 ベーコン	にんじん ピーマン	カリフラワー レモン	きゅうり にんにく	食パン 砂糖 スパゲッティ	油 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 もも	精白米 ☆砂糖 じゃがいも 白玉団子	油 カレールウ ☆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 きゅうり しめじ	たまねぎ 枝豆 もやし	精白米 小麦粉 砂糖	油 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 たまねぎ	きゅうり たけのこ	精白米 こんにゃく じゃがいも ☆砂糖	ごま油
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 ゆでプロッコリー すまし汁 冷凍りんご	ホキ ひよこ豆 うす揚げ	牛乳	プロッコリー にんじん	しょうが しめじ りんご	たまねぎ ねぎ	精白米 でん粉 砂糖	油
25	土	ごはん	○	マー婆ー豆腐 ☆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 しょうが	キャベツ にんにく ねぎ	精白米 ☆でん粉 春雨 砂糖 ☆パン粉 ☆小麦粉	☆ラード ごま油 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 バナナ	☆きびなご	牛乳	にんじん トマト	かぶ たまねぎ	きゅうり バナナ	米粉コッペパン ☆米粉 ☆じゃがいも ☆でん粉 砂糖 マカロニ	☆油 オリーブ 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 昆布 がんもどき	牛乳 昆布	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ きくらげ	エリンギ 大根	精白米 砂糖 こんにゃく	ごま油
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 ごぼう	もやし 白菜 ねぎ	精白米 でん粉 砂糖	油 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