

8月の予定献立表

富山市立興南中学校
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
3	月	ごはん	○	☆お魚カツ 豆豆サラダ レタスと卵のスープ もも缶	☆たら 大豆 ☆大豆たん白 卵	牛乳 ☆青のり ☆しらす	ブロッコリー トマト	☆たまねぎ とうもろこし レタス 枝豆 もも	精白米 ☆パン粉 ☆小麦粉 砂糖 でん粉	油
4	火	ごはん	○	豚肉の塩こうじ炒め きゅうりの華風あえ すいとん	豚肉 うす揚げ	牛乳	にら にんじん 小松菜	にんにく たまねぎ きゅうり 大根 白菜	精白米 でん粉 すいとん	油 ごま油
5	水	ごはん	○	☆さばの照焼き はりはりソテー じゃがいもの中華煮	☆さば 豚肉	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ たけのこ しょうが 大根 切干大根	精白米 砂糖 じゃがいも	油 ごま油
6	木	ごはん	○	豆腐のみそ炒め ☆かぼちゃ天ぷら よごし	豚肉 木綿豆腐	牛乳	チンゲンサイ ☆かぼちゃ 小松菜 にんじん	しょうが たまねぎ たけのこ もやし 白菜 しめじ	精白米 砂糖 ☆小麦粉 でん粉	油 ごま
19	水	菜めし	○	鶏肉とじゃがいもの煮物 ☆チンズワンス チンゲンサイのおひたし	☆鶏肉 ☆豚肉	牛乳	青菜 にんじん チンゲンサイ	☆たまねぎ グリーンピース ☆しいたけ 白菜	精白米 こんにゃく じゃがいも 砂糖 ☆でん粉 ☆パン粉 ☆もち米	☆ラード
20	木	ごはん	○	鶏肉のマーメレードソースかけ 花野菜サラダ かき玉スープ	鶏肉 卵	牛乳	ブロッコリー にんじん にら	カリフラワー きゅうり もやし	精白米 でん粉 マーメレード 砂糖	油 オリーブ オイル
21	金	ごはん	○	☆さわらの幽庵焼き 昆布あえ みそ汁	☆さわら うす揚げ	牛乳 昆布	小松菜 にんじん	☆ゆず キャベツ たまねぎ しめじ ねぎ	精白米	
24	月	食パン	○	☆肉だんご ビーンズサラダ かぼちゃポターージュ 梨 チョコレートクリーム	☆鶏肉 ひよこ豆 青えんどう 赤えんどう ☆大豆たん白	牛乳 生クリーム 乳	ブロッコリー にんじん かぼちゃ	☆たまねぎ キャベツ 梨	食パン ☆砂糖 ☆パン粉 じゃがいも チョコレートクリーム	油
25	火	麦ごはん	○	マーボー豆腐 ☆さんまの土佐煮 華風あえ	豚肉 ☆さんま 木綿豆腐 ☆かつおぶし	牛乳	にんじん にんじん	しょうが にんにく ねぎ 干しいたけ 大根 たけのこ きゅうり	精白米 麦 でん粉 ☆砂糖	油 ごま油
26	水	ごはん	○	夏野菜カレー ☆かにシウマイ 福神あえ 冷凍りんご	豚肉 ☆たら ☆かに ☆かき ☆ほたて	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン トマト	にんにく しょうが ☆たまねぎ なす 白菜 福神漬 ズッキーニ りんご	精白米 じゃがいも ☆小麦粉 ☆でん粉	油 ☆ラード
27	木	ごはん	○	ブラックラーメン ☆えごま入り卵焼き グリーンアスパラのごまだれ	豚肉 ☆卵	牛乳	グリーンアスパラガス	たまねぎ もやし ☆ねぎ ☆しいたけ ☆えごまの葉 ☆たけのこ キャベツ	精白米 ☆砂糖 ☆でん粉 中華麺	ごま
28	金	ごはん	○	八宝菜 小魚入りフライビーンズ ゆでブロッコリー	ひよこ豆 豚肉 うずら卵	牛乳 かたくちいわし	ブロッコリー にんじん ピーマン	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ 干しいたけ 白菜 ヤングコーン	精白米 でん粉 砂糖	油 ごま
31	月	食パン	○	☆ハンバーグのマスタードソース煮 コーンサラダ レタススープ 梨 メープルジャム	☆鶏肉 ☆大豆たん白 ベーコン	牛乳	にんじん	☆たまねぎ キャベツ とうもろこし レタス きゅうり 梨	食パン ☆砂糖 メープルジャム ☆パン粉	☆牛脂

※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