

8・9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 献立名	使用する食品名						
					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	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 たまねぎ とうもろこし 白菜 バナナ	食パン じゃがいも	油	
31	火	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	
1	水	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	☆ほたてがい 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 ごま油 ごま	
2	木	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		
3	金	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 ごま	
6	月	コッパン	○	☆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	コッパン 砂糖	油 オリーブオイル ホワイトルウ	
7	火	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	油	
8	水	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 オイル	
9	木	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 ごま油	
10	金	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 もやし しめじ きゅうり たけのこ たまねぎ バナナ	精白米 砂糖	油 ごま	
13	月	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 オリーブ オイル	
14	火	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 カレールウ ☆ラード	
15	水	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 ごま オリーブオイル	
16	木	麦 ごはん	○	八宝菜 ☆にんじんシューマイ 小松菜ひたし	豚肉 うずら卵 ☆たら	牛乳	☆にんじん 小松菜	しょうが にんにく ☆たまねぎ たけのこ 干しいたけ 白菜 キャベツ ヤングコーン	精白米 ☆でん粉	油 ☆ラード	
17	金	新人大会									
21	火	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 こんにやく じゃがいも	☆砂糖 ☆水あめ	
22	水	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	
24	金	ごはん	○	マーボー豆腐 ☆えびパオツ パンサンズー	☆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 干しいたけ たけのこ	精白米 ☆でん粉	☆ラード ごま油	
25	土	米粉 コッパン	○	☆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 きゅうり たまねぎ バナナ	米粉コッパン ☆米粉	☆油 オリーブ	
28	火	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	ごま油	
29	水	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 ごま	
30	木	ごはん	○	☆オムレツ アスパラサラダ 白いんげん豆のシチュー 巨峰	☆卵 鶏肉 いんげん豆	牛乳 生クリーム	グリーンアスパラガス にんじん	キャベツ とうもろこし たまねぎ 巨峰	精白米 ☆砂糖	ホホワイトルウ ☆でん粉	

※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