



8月学校給食献立予定表



	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1人1日 たんぱく質
26 月	野沢菜チャーハン	なし	ワンタンスープ なし	牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ 鶏肉 みそ	米 米粒麦 ごま油 白ごま 油 ワンタンの皮	しょうが 長ねぎ にんじんの のざわな(塩漬) 干しいたけ もやし こまつな なし	764 kcal 31.0 g
27 火	きんぴらごはん	なし	豚肉とキャベツのみそ炒め すまし汁	牛乳 豚肉 みそ 八丁みそ 豆腐	米 米粒麦 油 さとう じゃがいも 片栗粉 ごま油	ごぼう にんじん にんにく しょうが 干しいたけ たまねぎ キャベツ ビーマン 赤ビーマン えのきたけ みつば	785 kcal 32.4 g
28 水	シナモントースト	なし	ポークビーンズ ズッキーニのサラダ	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆(乾) 生クリーム ツナ油漬	食パン バター さとう 油 じゃがいも 片栗粉	セロリ にんじん たまねぎ にんにく キャベツ コーン ズッキーニ	789 kcal 31.0 g
29 木	焼きうどん	なし	ほっけの塩焼き 水ようかん	牛乳 牛肉 ほっけ 寒天 あずきあん	冷凍うどん 油 ごま油 さとう	にんじん たまねぎ えのきたけ キャベツ もやし ビーマン だいこん	750 kcal 39.4 g
30 金	ナシゴレン	なし	ソトアヤム ピサンゴレン	牛乳 ベーコン 豚肉 鶏肉 生揚げ	米 米粒麦 油 黒砂糖 マロニー 油 小麦粉 コーンスターチ さとう	にんにく しょうが たまねぎ 赤ビーマン ビーマン にんじん もやし チンゲンサイ パナナ	832 kcal 27.0 g

◎ 緊急事態、天候等の都合により、献立・食材の変更、給食回数が少なくなることがあります。

◎ こまつな・長ねぎは東京都産使用予定です。(地産池消)



8月分 一日あたりの平均	784 kcal 32.2 g
1人1回あたりの学校給食摂取基準	830 kcal 33.0 g