

令和2年度 8月



給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
小学校

日	曜	こんだてめい			ねつちから 熱や力のもとに なる食品	ちにくほねは 血や肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	I補 ^キ kcal	たんば くしつ g
		しゅしよく	牛乳	お か ず					
21	金	ごはん		なつやさいかレー くきわかめサラダ みかんゼリー	ごはん ジャがいも ごま さとう ごまあぶら あぶら みかんゼリー	牛乳 ぶたにく わかめ ツナ	にんじん たまねぎ なす かぼちゃ いんげん きゅうり コーン	741 917	22.5 27.2
24	月	わかめごはん		あつあげのチャオサイ ししゃもフリッター2コ おひたし	わかめごはん あぶら さとう かたくりこ	牛乳 あぶらあげ ぶたにく ししゃも わかめ かつおぶし	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう	721 913	30.8 39.1
25	火	ごはん ふりかけ		なすのみそしる てりやきハンバーグ だいこんとじゃこのサラダ	ごはん さとう あぶら ごま かたくりこ	牛乳 あぶらあげ ハンバーグ わかめ ちりめんじゃこ	なす にんじん たまねぎ だいこん きゅうり	630 780	22.7 27.3
26	水	コッペパン		ごもくあんかけやきそば あげぎょうざ2コ ちゅうかサラダ	コッペパン ごもぎ(ギョウザのかわ) ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ ドレッシング	牛乳 ぶたにく になると わかめ とりにく ぶたひきにく(ギョウザのぐ)	たまねぎ キャベツ にんじん もやし チンゲンさい しいたけ だいこん きゅうり	688 859	25.2 30.6
27	木	とりごぼうごはん		さんまのしおやき いそかあえ オレンジ	とりごぼうごはん あぶら さとう	牛乳 とりひきにく さんま のり	にんじん ごぼう キャベツ グリンピース ほうれんそう オレンジ	675 823	26.4 31.9
28	金	ごはん		すぶた わかめとツナのあえもの ぶどうゼリー	ごはん かたくりこ あぶら ごまあぶら ごま ぶどうゼリー	牛乳 ぶたにく わかめ ツナ	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ しいたけ きゅうり グリンピース キャベツ	702 862	24.3 29.4
31	月	ごはん		マーボーなすどうふ ポークしゅうまい2コ ほうれんそうのナムル	ごはん ごもぎ(ユマイのかわ) かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら	牛乳 ぶたひきにく とうふ ぶたにく(ユマイのぐ)	にんじん たまねぎ ながねぎ たけのこ なす もやし ほうれんそう たら きゅうり	688 825	25.3 30.2

☆ マヨネーズは、^{たまごふしやう}卵不使用の物を使っています。

※ ^{こんだて}献立は、^{ざいりやう}材料や^{た つごう}その他の都合で^{へんこう}変更する場合がありますので^{りやうしやう}ご了承ください。