

8、9月 小学校献立表

第596号
山形市学校給食献立作成委員会
山形市学校給食センター TEL644-4325

B2	こんだてめい	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)	おもなざいりょう		
			カヤ熱のもとになる	体の調子をととのえる	血やにくになる
夏休み	ごはん 豚スープ ほっけしょうゆ焼き 三条(パンサンスー) ぶどう	629 24.8 16.5 1.96	でんぷん ほうさめ さとう 油 ごぼう	キャベツ きょうり 玉ねぎ にんじん バセリ マッシュ 干しいたけ	とり肉 卵 牛乳 揚げ
	25 (木) コッペパン 華風スープ 白ごまフランクかつおソースかけ ブロッコリー マヨネーズ	659 27 29.5 3.78	でんぷん マロニー さとう 油 コッペパン マヨネーズ	ザーサイ チンゲンサイ にんじん ねぎ 白菜 ブロッコリー 干しいたけ トマト	豆腐 とり肉 牛乳 白ごまフランク
26 (金)	ごはん 豆腐のみそ汁 あじ和風フライ 小松菜のからしあえ	605 24.3 16.8 2.73	油 ごぼう	キャベツ 小松菜 玉ねぎ	豆腐 油揚げ わかめ 牛乳 みそ あじ
29 (月)	ごはん キャベツのみそ汁 豚肉しょうが焼き ほうれん草ソテー	637 26.3 20.3 2.9	油 ごぼう	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし ほうれん草	油揚げ わかめ ベーコン 牛乳 みそ 豚肉
30 (火)	ごはん 白玉汁 さげ焼 切干大根の煮物	603 25.5 12.8 2.45	白玉もち こんにやく さとう 油 ごぼう	ごぼう 切干大根 にんじん みつば	さつま揚げ とり肉 牛乳 さげ
31 (水)	<西山形小リクエストメニュー> ごはん 夏野菜のカレー ピザ春巻 だだちゃ豆 クレープアイス	836 25.7 29 2.54	じゃがいも 油 カレールウ ごぼう	だだちゃ豆 かぼちゃ 玉ねぎ トマト なす にんじん ピーマン にんにく	牛肉 牛乳 粉乳 チーズ ピザ春巻 クレープアイス
9/1 (木)	ごはん きのこと汁 メンチカツ(ソース) 華風ひたし	673 23 23.3 2.89	ごま 油 ごぼう	キャベツ ねぎ もやし えのきたけ しめじ なめこ	豆腐 わかめ 豚肉 牛乳 みそ メンチカツ
2 (金)	パン ミネストローネ いかフリッター(2個) 海藻サラダ 青じそドレッシング みかんジャム	632 23.2 22.5 4.09	マカロニ じゃがいも でんぷん 油 パン ジャム ドレッシング	キャベツ 玉ねぎ トマト にんじん ブロッコリー もやし	海藻 ベーコン 牛乳 いか
給食なし	ごはん 山菜汁 厚揚げたまご ひじきの炒め煮 お月見デザート	653 24.3 18.2 3.17	こんにやく さとう 油 ごぼう ゼリー	にんじん ねぎ もやし しめじ	豆腐 油揚げ ひじき さつま揚げ 豚肉 牛乳 みそ たまご
	6 (火)	ごはん えび団子のスープ 野菜入りさつま 麻婆なす	626 22.7 16.4 3.1	でんぷん マロニー ごぼう	ザーサイ しょうが 玉ねぎ チンゲンサイ なす にんじん 白菜 干しいたけ
7 (水)	ごはん すまし汁 ししゃもフライ(2尾) わらびの煮物	670 25.1 21.2 2.23	こんにやく さとう 油 ごぼう	にんじん みつば わらび	豆腐 かまぼこ さつま揚げ とり肉 牛乳 ししゃも
8 (木)	ごはん 豚汁 ホキ磯辺フライ おひたし(しょうゆ)	629 24.6 18 3.35	こんにやく じゃがいも 油 ごぼう	キャベツ ごぼう にんじん ねぎ もやし	豆腐 油揚げ 豚肉 牛乳 みそ ホキ
9 (金)	ごはん 蛋花湯(タンホワタン) いわしオレンジ煮 すき昆布の煮物	621 23.8 17.1 2.96	こんにやく でんぷん さとう 油 ごぼう	玉ねぎ とうもろこし にんじん ねぎ	昆布 さつま揚げ とり肉 卵 牛乳 いわし
振替休業日	ごはん なすのみそ汁 シューマイ いかとえびのチリソース煮	639 21.1 15.6 3.21	でんぷん さとう 油 ごぼう	グリーンピース しょうが 玉ねぎ なす ねぎ 白菜 トマト	油揚げ えび いか 牛乳 みそ シューマイ
	13 (火)	パン 青梗菜ときのこのスープ たらフライ(ソース) 小松菜とツナのソテー キャラメルクリーム	655 29.3 22.7 3.86	油 パン キャラメル	小松菜 チンゲンサイ にんじん えのきたけ 干しいたけ マッシュルーム
6年なし	14 (水) ごはん じゃがいものみそ汁 とり肉電田揚げ 春雨サラダ	718 24.9 24.4 3.12	小麦粉 じゃがいも でんぷん ほうさめ さとう 油 ごぼう	キャベツ きょうり しょうが にんじん ねぎ	油揚げ わかめ とりもも肉 牛乳 みそ
1年6年なし	15 (木) ごはん かきたま汁 白ごまあじフライ チンジャオロース	664 26.7 21.9 2.18	でんぷん 油 ごぼう	しょうが たけのこ 玉ねぎ にんじん ピーマン みつば	豆腐 かまぼこ 牛肉 卵 牛乳 あじ
16 (金)	パンズ コーンスープ ハーフかつおソースかけ ブロッコリー ハーフマヨネーズ	741 30 27.8 3.97	じゃがいも さとう 油 パンズ マヨネーズ コーンポタージュ	玉ねぎ とうもろこし にんじん パセリ ブロッコリー トマト	とり肉 牛乳 粉乳 生クリーム ハンバーグ
20 (火)	ごはん 許豚 焼きかまチーズ ゆでキャベツ(しょうゆ)	719 29.4 21 3.34	でんぷん さとう 油 ごぼう	グリーンピース キャベツ しょうが たけのこ 玉ねぎ にんじん 干しいたけ	豚もも肉 うずら卵 牛乳 焼きかまチーズ
21 (水)	ごはん 豆腐のみそ汁 スコッチエッグ(ソース) 野菜の磯香あえ ふりかけ(野菜)	627 24.3 19 3.22	ごぼう	玉ねぎ ほうれん草 もやし ふりかけ	豆腐 油揚げ のり わかめ 牛乳 みそ スコッチエッグ
23 (金)	<本沢小リクエストメニュー> ごはん 夏野菜のカレー あぶり焼きチキン 海藻サラダ 青じそドレッシング カスタードプリン	758 25.6 21 3.6	じゃがいも 油 カレールウ ごぼう ドレッシング	かぼちゃ 玉ねぎ トマト なす にんじん ピーマン もやし にんにく	海藻 牛肉 牛乳 粉乳 チーズ とり肉 プリン
26 (月)	黒パン ワンタンスープ さげチーズフライ フルーツポンチ	657 23.7 22 2.98	ワンタン 油 黒さとう パン ゼリー	にんじん ねぎ もやし 干しいたけ バイン みかん 黄桃 白桃	わかめ 豚肉 牛乳 さげチーズ
27 (火)	ごはん ふのみそ汁 チキンカツ ナムル なし	633 24.4 18.7 2.8	ふ さとう ごま 油 ごぼう	ねぎ ほうれん草 もやし なし しめじ	豆腐 牛乳 みそ とり肉
28 (水)	ごはん 中華丼 ほうれん草オムレツ 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング	691 27.1 23.2 2.81	でんぷん 油 ごぼう ドレッシング	キャベツ しょうが たけのこ チンゲンサイ とうもろこし にんじん 白菜 もやし 干しいたけ	えび いか 豚もも肉 牛乳 オムレツ
29 (木)	ごはん 炒りどり さばゆず塩こうじ焼き 野菜のごまあえ	702 26.3 22.9 2.55	こんにやく じゃがいも さとうアーモンド ごま ごぼう	さやいんげん ごぼう たけのこ にんじん ほうれん草 もやし 干しいたけ	とり肉 牛乳 さば
30 (金)	コッペパン わかめ入り豆腐スープ チーズハムサンドフライ マカロニポリタン	686 26.3 23.7 3.94	マカロニ でんぷん 油 コッペパン	玉ねぎ にんじん ねぎ もやし 干しいたけ トマト	豆腐 わかめ 豚肉 ウインナー 牛乳 チーズ ハムポリタン

※本字は山形県産、山形市産の食材です。

※主食のエネルギーは、ごはん286kcal、パン274kcal、ソフトめん386kcalです。

※食材は、入荷の都合により変更する場合があります。



今月の地産産品を紹介するべに!
食材の中で、本字が地産産品だべに!

- <県産品>
牛乳 卵 豚肉 わらび えのきたけ マッシュルーム なめこ 干しいたけ
なし だだちゃ豆
- <市産品>
ごはん(はえぬき一等米) もやし 豆腐 油あげ きゅうり 玉ねぎ にんじん
じゃがいも ぶどう
- ※年間を通して100%地産産品は、米、牛乳、卵、大豆製品、もやし だべに!

新製品のアレルギー(表示義務・推奨の27品目)情報

- 「ほっけしょうゆ焼き」に含まれるアレルギーは、大豆、小麦です。
「キャラメルクリーム」に含まれるアレルギーは、乳です。
「チキンカツ」に含まれるアレルギーは、小麦、大豆、鶏肉、豚肉です。
「ほうれん草オムレツ」に含まれるアレルギーは、卵、大豆です。
「チーズハムサンドフライ」に含まれるアレルギーは、小麦、大豆、卵、乳、豚肉です。
「お月見デザート」に含まれるアレルギーは、大豆です。

※成分やメーカーが変わった場合は、同じ製品名でもお知らせします。