







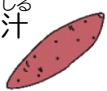

8・9月こんだて写真



令和6年(2024)8月発行
出雲市立斐川学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>こんげつ きゅうしょくもくひょう 今月の給食目標</p> <p>なん た すききらいなく何でも食べよう</p> 			<p>29</p> <p>パン</p> <p>りんごジャム</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>とりにく たま 鶏肉の玉ねぎソース</p> <p>トマトのサラダ</p> <p>ABCスープ</p> 	<p>30</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さけのごまだれかけ</p> <p>だいこん わらう 大根の和風サラダ</p> <p>はんぺんのすまし汁</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; background-color: #e0f0ff; text-align: center;"> <p>台風のため全小・ 中学校及び幼稚園 臨時休業</p> </div>
<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さばのみそ煮</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>はるさめ 春雨スープ</p> 	<p>3</p> <p>きつねうどん</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>とりにく あお あ 鶏肉の青のり揚げ</p> <p>かわりあえ</p> 	<p>4 おいしい出雲の一日献立</p> <p>しゅっさいしょうが 出西生姜の </p> <p>なつやさい 夏野菜カレーライス</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さわらのレモンペッパー焼き</p> <p>ひじきのサラダ</p> 	<p>5</p> <p>パン </p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ハンバーグのトマトソースかけ</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>きせつ なし 季節の梨でフルーツポンチ </p> 	<p>6</p> <p>カリカリ梅ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ぶたにく こうみ あ 豚肉の香味揚げ</p> <p>こまつな 小松菜のごま和え</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> 
<p>9</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>チキンの甘酢だれ</p> <p>さんしょく 三色おひたし</p> <p>わかめスープ</p> 	<p>10</p> <p>あき 秋ナスのスパゲッティ</p> <p>ミートソース</p> <p>おむすび(幼なし)</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さけのハーブ焼き </p> <p>カラフルサラダ</p> 	<p>11</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>こいわしのこめこあ 小いわしの米粉揚げ</p> <p>いそかあ 磯香和え</p> <p>かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>12</p> <p>パン</p> <p>くろまめ 黒豆きなこクリーム</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ぶたにく 豚肉のバーベキューソース</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>ミートボールのスープ</p> 	<p>13</p> <p>ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>しろみさかな 白身魚のフライ</p> <p>きりほしだいこん す もの 切干大根の酢の物</p> <p>かきたま汁 </p> 

	<p>17 お月見献立</p> <p>ごちく 五目うどん</p> <p>おむすび (幼なし)</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>さといち 里芋コロッケ</p> <p>えだまめ 枝豆サラダ</p> <p>つきみ お月見デザート</p> 	<p>18</p> <p>ごはん</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>さけの塩焼き</p> <p>アーモンド和え</p> <p>ふたじる 豚汁</p>	<p>19</p> <p>パン</p> <p>ブルーベリージャム</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>ブラジル風から揚げ</p> <p>レタスのサラダ</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>20</p> <p>まめなカレーそぼろ丼</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>りっちゃんの元気サラダ</p> <p>チンゲンサイのスープ</p>
				

	<p>24</p> <p>とんこつみそラーメン</p> <p>おむすび (幼なし)</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>あじのピリ辛ソースかけ</p> <p>だいこん 大根のナムル</p>	<p>25</p> <p>ごはん</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>ふたにく うめや 豚肉の梅焼き</p> <p>なっとう 納豆サラダ</p> <p>さつまいものみそ汁</p> 	<p>26 出雲市共通献立</p> <p>こくとう 黒糖パン</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>とりにく 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>ごまジャコサラダ</p> <p>コーンクリームスープ</p>	<p>27</p> <p>ごはん</p> <p>きゅうにゅう 牛乳</p> <p>いわしの香味フライ</p> <p>おかか和え</p> <p>なめこのみそ汁</p>
				

30

ごはん

きゅうにゅう
牛乳

あ揚げぎょうざ (2こ)

あますあ
甘酢和え

ごまキムチ汁



2学期の給食が始まりました。まだまだ暑い日が続きます。夏の疲れが残って、なかなか本調子に戻らない人もいることでしょう。早寝、早起きを心がけて規則正しい生活リズムを整え、一日3食、食事もしっかりとって体調を整えましょう。

※都合により献立を変更することがあります。



たべものののほたらき



日	曜日	おもに体をつくる もとなる食品	おもに体の調子を ととのえる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	小学校 中学校 幼稚園
8/29	木	牛乳 とり肉 チキンウインナー	たまねぎ トマト きゅうり とうもろこし レタス にんじん こまつな レモン	パン りんごジャム さとう でんぷん マカロニ じゃがいも	624 751 488
30	金	牛乳 さけ はんぺん	だいこん きゅうり にんじん しそのは たまねぎ ほししいたけ たけのこ ねぎ	こめ でんぷん こむぎこ あぶら さとう ごま	610 776 478
9/2	月	牛乳 さば ぶた肉 とうふ みそ	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ チンゲンツアイ	こめ あぶら さとう ごまあぶら ごま はるさめ	637 827 529
3	火	牛乳 ぶた肉 あぶらあげ とり肉 あおのり	にんじん たまねぎ ほししいたけ こまつな キャベツ きゅうり しそ なす しょうが だいこん たかな れんこん	うどん こめ(小中) あぶら でんぷん こむぎこ	660 805 443
4	水	牛乳 ぶた肉 さわら ひじき	たまねぎ かぼちゃ なす ピーマン にんじん しゅっさいしょうが にんにく レモン キャベツ きゅうり とうもろこし りんご	こめ あぶら	672 845 526
5	木	牛乳 とり肉 ぶた肉 ツナ	トマト キャベツ ブロッコリー きゅうり なし みかん缶 もも缶 パイナップル たまねぎ	パン さとう あぶら しらたまだんご ゼリー	682 845 506
6	金	牛乳 ぶた肉 あつあげ みそ	しょうが こまつな キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ うめ	こめ こむぎこ でんぷん あぶら ごま じゃがいも	675 852 528
9	月	牛乳 とり肉 わかめ あつあげ	たまねぎ ほうれんそう もやし にんじん チンゲンツアイ りんご	こめ でんぷん こむぎこ あぶら さとう ごま ごまあぶら	615 776 479
10	火	牛乳 ぶた肉 さけ ハム	たまねぎ なす にんにく セロリ マッシュルーム にんじん トマト パセリ キャベツ パプリカ きゅうり とうもろこし バジル	ソフトめん あぶら こめ(小中)	699 846 483
11	水	牛乳 いわし のり あつあげ みそ	ほうれんそう もやし にんじん かぼちゃ たまねぎ いんげん	こめ あぶら ごま こめこ	600 761 469
12	木	牛乳 ぶた肉 ツナ とり肉	にんにく しょうが りんご レモン キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ こまつな	パン さとう じゃがいも くろめきなこクリーム	640 767 506
13	金	牛乳 ホキ とり肉 とうふ たまご	きりぼしだいこん きゅうり にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	こめ あぶら さとう でんぷん パンこ こむぎこ	604 757 472
17	火	牛乳 とり肉 ちくわ ツナ ぶた肉	にんじん たまねぎ ねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり えだまめ とうもろこし	うどん こめ(小中) あぶら ごま さとも じゃがいも パンこ ゼリー	644 772 461
18	水	牛乳 さけ ぶた肉 あぶらあげ みそ	ほうれんそう キャベツ にんじん ごぼう	こめ アーモンド さつまいも	603 757 470
19	木	牛乳 とり肉 ツナ ベーコン しろいんげんまめ	にんにく サラパレタス だいこん にんじん たまねぎ トマト セロリ パセリ	パン でんぷん こむぎこ あぶら さとう じゃがいも ブルーベリージャム	632 770 491
20	金	牛乳 牛肉 ぶた肉 だいず てぼうまめ きんときまめ ハム かつおぶし こんぶ あつあげ	しょうが きゅうり キャベツ トマト とうもろこし にんじん ほししいたけ たまねぎ チンゲンツアイ	こめ さとう あぶら	631 802 496
24	火	牛乳 ぶた肉 みそ あじ とり肉	もやし たまねぎ にんじん きくらげ ねぎ にんにく パプリカ だいこん きゅうり	ちゅうかめん こめ(小中) さとう ごま ごまあぶら あぶら でんぷん	695 841 478
25	水	牛乳 ぶた肉 なつとう ハム みそ あつあげ	うめ しょうが ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	こめ さとう マヨネーズ さつまいも こむぎこ	682 857 533
26	木	牛乳 とり肉 こんぶ わかめ チリメンジャコ ベーコン	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ パセリ	パン くろさとう マーメイド ごま こむぎこ	669 820 512
27	金	牛乳 いわし かつおぶし あつあげ みそ	こまつな もやし にんじん とうもろこし なめこ たまねぎ ねぎ パセリ	こめ こむぎこ パンこ あぶら ごま	664 804 489
30	月	牛乳 ぶた肉 わかめ あつあげ みそ	きゅうり キャベツ にんじん だいこん こんにゃく ねぎ はくさいキムチ にら たまねぎ	こめ あぶら さとう ごまあぶら ごま こむぎこ	614 807 500

