



令和7年8・9月給食写真



出雲市立出雲学校給食センター

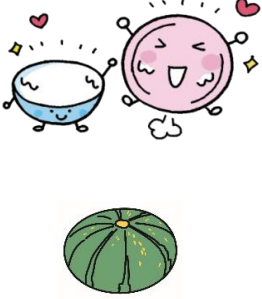
月	火	水	木	金
こんげつ きゅうしよくもくひょう 今月の給食目標 好き嫌いなく 何でも食べよう 	8/29  パン メープルジャム 牛乳 ミートボールの デミグラスソースかけ レタスとコーンのサラダ コンソメスープ			
9/1	2	3	4【多伎小希望献立】	5
 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりく 鶏肉のごまからめ うめあえ じゃがいものみそ汁	 にゅうめん おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 さばのしょうが焼き もみのりおひたし	 なつやさい 夏野菜のカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ハムカツ トマトと枝豆のサラダ 	 かりかり梅ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ入りささみフライ (小・中) ささみフライ (幼) かい 海そうサラダ なめこ汁	 こくとう 黒糖パン ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのハーブ焼き カラフルサラダ フルーツポンチ
8【出雲市共通献立】	9	10	11	12
 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけのカレーあげ いそかあえ かぼちゃのみそ汁	 しょうゆラーメン おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 きびなごのからあげ ちゅうか 中華サラダ	 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いわしのおかか煮 キャベツとわかめのサラダ こんさい 根菜のみそ汁	 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉のレモンソースかけ 三色あえ はるさめ 春雨スープ	 りんごパン ぎゅうにゅう 牛乳 オムレツ ひじき入りサラダ ミネストローネ



令和7年8・9月給食写真



出雲市立出雲学校給食センター

月	火	水	木	金
	16  きつねうどん おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 てりやき豆腐ハンバーグ きりほしだいこん す もの 切干大根の酢の物	17【おいしい出雲の一日】  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの塩焼き いすも 出雲アスパラガスと パプリカのサラダ かきたま汁	18  まめなそぼろどんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 キャベツのツナあえ わかめスープ	19  セルフバーガー まる 丸パン しろみぎかな 白身魚のフライ コールスローサラダ ぎゅうにゅう 牛乳 カレースープ
22【塩冶小希望献立】 	 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉のからあげ りっちゃんの元気サラダ えびまめ ABCスープ みかんクレープ	24  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 シューマイ よう しょう こ ちゅう こ (幼・小2個、中3個) だいこん 大根のナムル まーぼー豆腐	25  ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あじのかば焼き ごまあえ ふたじろ 豚汁	26  パン ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉の バーベキューソースかけ はなゆさい 花野菜サラダ まめ 豆のポタージュ
29 	30 	生活リズムを整える「早寝・早起き・朝ごはん」   		
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのしお さわらの塩こうじ焼き なっとう 納豆サラダ にしほ 西浜いものみそ汁	トマトスープスパゲッティ おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 メンチカツ こんさい 根菜サラダ	はやね 早寝 すいみん つか 睡眠は、疲れをとったり からだ せいちょう 体を成長させたりするた めにかかせません。 よる ばや ね じゅうぶん すい 夜は早く寝て、十分な睡 眠をとみましょう。	はやあ 早起き あさ ひかり あ 朝の光を浴びることで、 たいないどけい 体内時計がリセットさ れ、せいかつ ととの 生活リズムが整いま す。	あさ 朝ごはん ゆうしよく 夕食でとったエネルギー はあさ のこ は朝には残っていませ ん。ごぜんちゅう げんき かつどう 午前中、元気に活動 するために、朝ごはんを あさ 食べましょう。

※都合により献立を変更することがあります。