

日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 I.Limbari kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価 I.Limbari kcal
2 (水)	ピースの日 だいずと かぼちゃの あまからあげ コッペパン キムチあえ ミネストローネ りんごジャム	ぎゅうにゅう ろーストだいず ちくわ ベーコン (ガラスープ)	こむぎこ・パン マカロニ じゃがいも でんぶん・さとう ごま りんごジャム こめあぶら	かぼちゃ・きゅうり たまねぎ・トマトかん トマトジュース にんじん・はくさい もやし	632	17 (木)	ごはん スイートポテト パンキンサラダ ホキの かおりあげ マヨネーズ ワンタン スープ I.Limbari!ブランド給食	ぎゅうにゅう わかめ・ホキ ぶたにく たまご (ガラスープ) みそ	こむぎこ ワンタン・こめ さつまいも はちみつ オリーブオイル こめあぶら マヨネーズ	かぼちゃ・きゅうり あかしそ・たけのこ チンゲンサイ・ねぎ はくさい・しめじ しょうが・にんにく	638
3 (木)	キムタク ごはん ひじきサラダ とうふの ツナマヨやき じゃがいもの なんばんに	ぎゅうにゅう とうふ・あつあげ ひじき まぐろあぶらづけ ぶたにく・みそ	こめ・じゃがいも さとう・ごま オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	こんにやく・えだまめ きゅうり・ごぼう たくあんづけ・たまねぎ とうもろこし・にんじん しろねぎ・キムチ レタス・ほししいたけ	651	18 (金)	ミート オムレツ コッペパン とうふ サラダ うみのさち スープ	ぎゅうにゅう だいず・とうふ えび・いか・あさり ぶたひきにく ベーコン たまご (ガラスープ)	パン・でんぶん さとう ごまあぶら こめあぶら	かんびょう・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし トマトジュース にんじん・ピーマン もやし・ほししいたけ しめじ	541
4 (金)	マカロニ グラタン しろいんげんまめの サラダ さつまいもパン ジュリエンス スープ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ まぐろあぶらづけ ベーコン とりにく チーズ (ガラスープ)	こむぎこ・パン マカロニ さつまいも じゃがいも さとう オリーブオイル こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり ごぼう・たけのこ たまねぎ・にんじん ねぎ・もやし・しめじ	658	24 (木)	ごはん からしあえ とりの レモンずかけ もちむぎいり マーボーなす	ぎゅうにゅう だいず ぶたひきにく ロースハム とりにく (ガラスープ) みそ	もちむぎ・こめ でんぶん・さとう ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・なす ピーマン・レモン しょうが・にんにく	609
7 (月)	ごはん たまご サラダ あげだし とうふ マヨネーズ トマト とんじる	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ (にぼし) ぶたにく・みそ たまご	こむぎこ・こめ じゃがいも でんぶん・さとう こめあぶら マヨネーズ	きゅうり・だいこん たまねぎ・トマト にんじん・ねぎ	646	25 (金)	きつかわし コッペパン あまなつ サラダ おつきみだんご はくさいの クリームに	ぎゅうにゅう とうふ・とりにく さとう ぶたひきにく たまご だっしふんにゅう	こむぎこ・パン マカロニ・パンこ さとう こめあぶら バター しらたまだんご	きゅうり・たまねぎ にんじん・はくさい レタス・みかんジュース あまなつかんかん しめじ・しょうが	659
8 (火)	ごはん わかめの すのもの さばの てりやき はっぼうさい	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし・さば えび・いか ぶたにく うずらたまご	こめ・でんぶん さとう・こめあぶら	きゅうり・しょうが たけのこ・たまねぎ にんじん・はくさい ピーマン	592	28 (月)	むぎ ごはん くらげの すのもの かぼちゃの キッシュ なすの ドライカレー かけてたべてね	ぎゅうにゅう くらげ ぶたひきにく ロースハム たまご なまクリーム	むぎ・こめ じゃがいも さとう ごまあぶら こめあぶら バター カレールウ	かぼちゃ・きゅうり たまねぎ・なす にんじん・ピーマン もやし・しょうが にんにく	659
9 (水)	かきあげ コッペパン れいめんの ぐ れいめん	ぎゅうにゅう ひじき・えび ロースハム やきぶた たまご	こむぎこ・パン ちゅうかめん さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら	きゅうり・たまねぎ にんじん・もやし ほししいたけ	674	29 (火)	ごはん ツナサラダ いわしの かばやき ABCマカロニ スープ	ぎゅうにゅう いわし まぐろあぶらづけ とりにく (ガラスープ)	マカロニ・こめ じゃがいも でんぶん・さとう オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん レモン・しょうが	630
10 (木)	ごはん うめかつお あえ ぶたにくの しょうがいため さかなそうめん じる	ぎゅうにゅう (こんぶ) わかめ かつおぶし (けずりぶし) さかなそうめん ぶたにく	こめ・さとう ごま・こめあぶら	キャベツ・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・ピーマン・もやし ばいにく・しめじ しょうが	495	30 (水)	とりにくの チーズパンこやき コッペパン だいこん サラダ マヨネーズ とうがん スープ	ぎゅうにゅう かにかまぼこ ぶたにく とりにく・たまご こなチーズ (ガラスープ)	パン・パンこ じゃがいも でんぶん・さとう オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら マヨネーズ	きゅうり・こまつな しょうが・だいこん とうがん・とうもろこし ほししいたけ	559
11 (金)	ナゲット きなこ まめ コッペパン パンパンジー サラダ いまぱりやさい たつぷり わふう クリームシチュー	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト きなこ・とうふ ローストだいず (かつおぶし) まぐろあぶらづけ ちゅうかくらげ やきぶた・とりひきにく とりにく・たまご・みそ	こむぎこ・パン さといも でんぶん・さとう ごまあぶら こめあぶら・バター	えだまめ・きゅうり ごぼう・たまねぎ にんじん・ブロッコリー もやし・しめじ・しいたけ	684	おいしく楽しく食べるために！ 食事のマナーを守りましょう 引用：「学校給食 2025年 8月号」 食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく楽しく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、1人1人が食事のマナーを守ることが大切です。 おはしは正しく持ちましょう • 上のはしを動かして、はし先で食べ物をはさむ 姿勢をよくしましょう • 背筋をのばす • ひじはつかない • 足の裏を床につける おわんは手に持って食べましょう • 小さいお皿も手に持つ • 大きいお皿は手を添えて食べる					
14 (月)	むぎ ごはん さきいか サラダ コーン ハンバーグ トマたま どんぶり かけてたべてね	ぎゅうにゅう さきいか ぶたにく ぶたひきにく とりひきにく たまご	むぎ・パンこ こめ・さとう ごま オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマト・ねぎ ほししいたけ・しょうが	655						
15 (火)	カルシウムの日 ごはん ビーフンサラダ ぶたにくと トマトのチーズやき にくじゃが	ぎゅうにゅう ぶたにく ロースハム・チーズ	こめ・ビーフン じゃがいも さとう・ごま ごまあぶら こめあぶら・バター	いとこんにやく さやいんげん・きゅうり たまねぎ・とうもろこし トマト・にんじん ほししいたけ マッシュルーム・しょうが	610						
16 (水)	つくねあげ コッペパン こまつなの サラダ ミート スパゲティー	ぎゅうにゅう だいず・とうふ ひじき・えび ぶたひきにく とりひきにく たまご	こむぎこ・パン スパゲティ マロニー・さとう ごまあぶら こめあぶら	こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ピーマン トマトピューレ・にんにく	682						