



令和7年8月分 学校給食献立表



※よくかんで食べましょう

小学校 Bコース

日	献立名	牛乳	赤色の食べもの		緑色の食べもの		黄色の食べもの		エネルギー たんぱく質 食塩相当量
			主に体をつくるはたらき		主に体の調子を整えるはたらき		主にエネルギーになるはたらき		
			肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂類・種実類	
(季節の料理) ゴーヤチャンプルは沖縄県の料理です。ゴーヤは「にがうり」のことで、古くから沖縄県で食べられてきた野菜です。									
26 火	ごはん	○					ごはん		581 kcal
	鉄分たっぷりみそ汁		凍り豆腐, 鶏卵 油揚げ, 白みそ	ひじき	こまつな				27.7 g
	ゴーヤキムチチャンプル		豆腐, 豚肉			白菜キムチ, もやし, にがうり		サラダ油	2.6 g
27 水	ごはん	○					ごはん		558 kcal
	冬瓜とじゃがいものスープ		鶏肉		にんじん	とうがん, たまねぎ, しめじ	じゃがいも		23.2 g
	ドライカレー		牛肉, 豚肉, 大豆		にんじん, ピーマン	にんにく, しょうが, たまねぎ りんご	でんぶん	サラダ油	1.2 g
28 木	ごはん	○					ごはん		556 kcal
	中華どんぶり		豚肉, いか, ちくわ		にんじん, ねぎ	キャベツ, たまねぎ たけのこ, しいたけ	でんぶん, 砂糖	サラダ油, ごま油	22.8 g
	ビーフンと野菜のさっぱり炒め		ベーコン		こまつな, にんじん	もやし	ビーフン, 砂糖	サラダ油, ごま油	2.0 g
29 金	パン	○					パン		629 kcal
	ツナのスパゲティ		まぐろ油漬け ベーコン		トマト, にんじん ピーマン	たまねぎ, にんにく, しめじ	スパゲティ	サラダ油	24.6 g
	フルーツあえ					バナナ, パインアップル 黄桃, りんご, みかん			2.0 g

★学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、J A 山口グループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。

★給食の実施日については、各学校で異なりますのでご注意ください。

★しらす干しやちりめん、海そう類には、エビやカニ等が混入する場合があります。アレルギーのある方はご注意ください。

★揚げ油は、数回使用します。(他の日と使い回ししています)