

学 校 給 食 予 定 献 立 表

令和 7年 8・9月

鳴門教育大学附属小学校

日	曜	献 立 名	材 料 名			栄養価 エネルギー kcal たんぱく質 g 食塩相当量 g
			赤:血や筋肉・骨になる	緑:体の調子を整える	黄:熱や力のもとになる	
29	金	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	782 kcal
		キーマカレー	牛肉・豚肉・大豆	にんじん・ねぎ・枝豆・たまねぎ・とうもろこし	油・カレールウ	26.9 g
		サイダーゼリー入り フルーツミックス		みかん・もも・パイナップル	サイダーゼリー	1.4 g
1	月	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	720 kcal
		肉じゃが	牛肉・さつまあげ・がんもどき	にんじん・さやいんげん・たまねぎ	じゃがいも・さとう・油	31.6 g
		いかどちりめんの酢のもの	ちりめん・いか・わかめ	こんにゃく	さとう・ごま	2.5 g
2	火	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	658 kcal
		野菜炒め	豚肉・いか	にんじん・さやいんげん・キャベツ・たまねぎ	油・ごま油・ジャンタン(小麦・乳・大豆・ 鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま油)	28.3 g
		たこ型あげたこやき	たこ(大豆)	ヤングコーン・きくらげ	小麦粉・油	1.9 g
3	水	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	646 kcal
		タンダーチーズ	とり肉・ヨーグルト	にんにく・しょうが	カレー粉	28.3 g
		海藻サラダ	ツナ・ブレイク・かに風味かまぼこ			1.7 g
4	木	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	651 kcal
		ボギフライ	ボギフライ(大豆)		小麦粉・油	25.7 g
		かつおきゅうり	かつお節	きゅうり		2.4 g
5	金	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米・さとう・油	654 kcal
		ちくさあえ	牛肉	にんじん・ねぎ・たまねぎ・こんにゃく		28.9 g
		りんご	りんご	にんじん・ほうれん草・キャベツ	さとう・ごま	2.0 g
8	月	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	686 kcal
		高野豆腐の卵とじ	とり肉・高野豆腐・かまぼこ・卵	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・しいたけ	さとう・油	35.9 g
		小松菜のおひたし	かつお節	小松菜・白菜	ごま	2.2 g
9	火	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	748 kcal
		とり肉のからあげ	とり肉	しょうが	てんぷん・油	32.5 g
		ゆで野菜	えび・ちくわ・わかめ	キャベツ・とうもろこし		2.8 g
10	水	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	766 kcal
		ハンバーグの 玉ねぎポン酢かけ	ハンバーグ(とり肉・豚肉・大豆)	たまねぎ・しょうが・ゆず果汁		37.9 g
		きんぴらごぼう	牛肉・ちくわ・がんもどき	にんじん・さやいんげん・ごぼう・こんにゃく	さとう・ごま・油・ごま油	2.9 g
11	木	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	685 kcal
		豚肉と昆布の炒めもの	豚肉・さつまあげ・刻み昆布	にんじん・さやいんげん・たけのこ・こんにゃく	さとう・油	29.5 g
		大豆とちりめんの揚げ煮	大豆・ちりめん	しょうが	さとう・ごま・油	2.7 g
12	金	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	808 kcal
		カレーうどん	牛肉・油あげ・脱脂粉乳	にんじん・ねぎ・たまねぎ・とうもろこし	うどん・油・カレールウ(小麦)	29.6 g
		厚焼き卵	卵(大豆)			3.6 g
16	火	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米・さとう・油	702 kcal
		親子丼	とり肉・かまぼこ・卵	にんじん・ねぎ・たまねぎ・しいたけ		32.1 g
		ほうれん草のツナあえ	ツナ	ほうれん草・キャベツ・とうもろこし	ごま	1.8 g
17	水	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	818 kcal
		厚あげと豚肉のみそ煮	豚肉・厚あげ・ちくわ・みそ	にんじん・さやいんげん・たけのこ・しいたけ	さとう・油・ごま油	33.8 g
		牛肉入りコロッケ	牛肉	しょうが・こんにゃく		2.9 g
18	木	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	666 kcal
		パスタのすたら風味	パスタ	しょうが・すたら果汁	てんぷん・油	31.1 g
		豚汁	豚肉・とうふ・油あげ・みそ	にんじん・ねぎ・白菜・こんにゃく		2.2 g
19	金	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米・油・バター	720 kcal
		ハヤシライス	牛肉	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・にんにく		23.9 g
		マッシュルーム		マッシュルーム		2.1 g
22	月	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	723 kcal
		サラダチキン入り	牛乳	みかん・もも・パイナップル	サラダチキン	36.0 g
		フルーツポンチ				2.5 g
24	水	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	681 kcal
		さばのみぞれ煮	さば	大根	さとう	35.0 g
		ちくせん煮	とり肉・ちくわ	にんじん・さやいんげん・れんこん・ごぼう	さとう・油	2.4 g
25	木	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	702 kcal
		ひじき入りのり佃煮	ひじき・のり	たけのこ・こんにゃく		32.8 g
		豚肉のごまからめ	豚肉	しょうが	さとう・ごま・油	2.2 g
26	金	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	713 kcal
		キャベツ	キャベツ	にんじん・ねぎ・たまねぎ・えのきたけ	中華スープの素(小麦・乳・大豆・鶏肉・ 豚肉・ゼラチン・ごま油)	27.9 g
		ワンダンスープ	えび・ワンタン(魚肉すり身・大豆)			2.2 g
29	月	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	710 kcal
		小型プレーンパン	プレーンパン		プレーンパン(小麦)	27.9 g
		和風きのこスパゲティ	スパゲティ	にんじん・小松菜・たまねぎ・しいたけ	スパゲティ・バター	2.2 g
30	火	ごはん 牛乳	牛乳		精白米・強化米	668 kcal
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー	ブロッコリー・とうもろこし	ごまドレッシング(小麦・卵・大豆・りんご・ ごま)	26.6 g
		りんごジャム	りんご			2.2 g

※物資の購入・その他の理由で献立を変更することがありますが、ご了承ください。
 ※かっこ()の中は、関係する食物アレルギーの原因食品や主な原料となる食材を掲載しています。
 ※栄養価は、高学年(5・6年生)のものです