



令和6年度 8・9月分 小学校給食予定表



【通常給食献立】



カムカムキッチンのキャラクターはぜんぶでいくついるかな？(こたえはうらめんのみぎしたにあるよ)

国立市食育推進・給食ステーション
042-572-4177

日付	献立名	赤のグループ からだの血や肉に なるもの	黄のグループ からだの熱や力に なるもの	緑のグループ からだの調子を ととのえるもの	エネルギー たんぱく質
8月 29(木)	まるパン なつやさいのポタージュ てづくりメンチカツ コールスローサラダ・コールスロートレッシング ていおんさつきんぎゅうにゅう	シヨルダーベーコンぎゅう にゅう,なまクリーム,ぶたにく, とりにく	パン,オリーブオイル,バター,こ もぎこ,パンこ,なたねあぶ ら,ドレッシング	セロリ,たまねぎ,しめじ,かぼ ちや,きズッキーニ,えだまめ,あ かパプリカ,にんじん,しょうが, キャベツ,きゅうり	617kcal 29.1g
8月 30(金)	なつやさいキーマカレーライス ハムステーキ なつやさいサラダ・わふうドレッシング ていおんさつきんぎゅうにゅう	ぶたにく,とりにく,だいず,ポー クハム,ぎゅうにゅう	せいはいくまい,せいばく,なたね あぶら,じゃがいも,はちみつ,こ もぎこ,ドレッシング	しょうが,にんにく,セロリ,たま ねぎ,トマト,ズッキーニ,なす, ピーマン,あかピーマン,トマト ケチャップ,りんご,キャベツ,え だまめ,オクラ,きゅうり	669kcal 25.6g
2(月)	くろまいごはん いわいなるとのすましじる あかうおのかすづけやき こうはくこんにやくサラダ・ノオイルかんきつドレッシング おいわいゼリー(さくらんぼ) ていおんさつきんぎゅうにゅう	とうふ,あぶらあげ,なると,あか うおのかすづけ,かまぼこ,とうふ, ガンソー,ぎゅうにゅう	くろまい,せいはいくまい,なたね あぶら,ながいも,さとう,さくらん ぼゼリー	にんじん,しめじ,えのきだけ,な がねぎ,こんにやく,だいこん,か ぶ	669kcal 30.0g
3(火)	たんたんめん とりにくのてりやき れいとうみかん ていおんさつきんぎゅうにゅう	ぶたにく,だいず,みそ,とりにく, ぎゅうにゅう	むしちゅうかめん,なたねあぶ ら,さとう,でんぶん,ごまあぶら	にんにく,しょうが,たまねぎ,た けのこ,にら,みかん	702kcal 31.9g
4(水)	ごはん モロヘイヤととうふのカレースープ イカのおからあげ にくじゃが ていおんさつきんぎゅうにゅう	とりにく,だいず,とうふ,イカ,ぶ たにく,ぎゅうにゅう	せいはいくまい,なたねあぶら,で んぶん,じゃがいも,さとう	しょうが,たまねぎ,にんじん, キャベツ,モロヘイヤ,にんにく, しらたき	634kcal 28.9g
5(木)	もずくそばろどん ごまみそワントンスープ きよほう 2こ ていおんさつきんぎゅうにゅう	ぶたにく,もずく,とりにく,とうふ, みそ,ぎゅうにゅう	せいはいくまい,なたねあぶら,さ とう,でんぶん,ごま,ごまあぶ ら,ワントン	しょうが,にんじん,たまねぎ, ピーマン,ホールコーン,にんに く,えのきだけ,チンゲンサイ,な がねぎ,きよほう	593kcal 21.3g
6(金)	くろぎとうしょくパン くろまめきなこクリーム ポテトチャウダー ホキのバジルチーズやき ズッキーニキャベツサラダ・イタリアンドレッシング ていおんさつきんぎゅうにゅう	とりにく,ミックスビーンズ,ぎゅ うにゅう,ホキ,チーズ,コーヒ ーミルク	パン,くろまめきなこクリーム, バター,じゃがいも,なたねあ ぶら,こもぎこ,オリーブオイル, ドレッシング	セロリ,たまねぎ,マッシュルー ム,ほうれんそう,にんにく,ズッ キーニ,にんじん,キャベツ,パ ジル	660kcal 27.6g
9(月)	ごはん ごもつくだに きくかまほこいりすましじる シュウマイ1~2ねん1こ, 3~6ねん2こ きくのはないりはるさめノンエッグマヨネーズあえ ていおんさつきんぎゅうにゅう	ごもつくだに,かまほこ,ぎゅう にゅう	せいはいくまい,なたねあぶら,い もだんご,さとう,はるさめ,ノン エッグマヨネーズ	だいこん,にんじん,えのきだ け,ながねぎ,シュウマイ,きゅう り,もやし,きく	623kcal 16.6g
10(火)	ごはん まるやかちゃんぽんふうスープ あげさんまのノオイルかんきつドレッシングがけ ながいものそばろに ていおんさつきんぎゅうにゅう	ぶたにく,なると,とうにゅう,で んぶん,つきさんま,ぎゅうにゅ う	せいはいくまい,なたねあぶら, ラード,さとう,ながいも	にんにく,しょうが,たまねぎ,に んじん,ホールコーン,きくらげ, キャベツ,もやし,えだまめ	724kcal 26.6g
11(水)	ぶたにくブルコギどん ほしがたトックともずくのスープ ゼリーポンチ ていおんさつきんぎゅうにゅう	ぶたにく,とりにく,もずく,ぎゅう にゅう	せいはいくまい,なたねあぶら,こ まあぶら,さとう,でんぶん,トッ ク,ぶどうゼリー	にんにく,たまねぎ,にんじん,も やし,にら,だいこん,えのきだ け,ながねぎ,もも,りんご,みか ん,なしゼリー,レモン	627kcal 21.4g
12(木)	かしわがたサンドパン ABCマカロニスープ チキンカツソースがけ カルボナーラポテト ていおんさつきんぎゅうにゅう	ウインナー,とりにく,ベーコン, なまクリーム,チーズ,ぎゅう にゅう	パン,オリーブオイル,マカロニ, こもぎこ,パンこ,なたねあぶら, じゃがいも	セロリ,マッシュルーム,たまね ぎ,にんじん,きズッキーニ,えだ まめ,にんにく,パセリ	705kcal 33.3g



やさいの日献立

給食ステーション開所1年お祝い献立



<(9)ろ(6)の日献立

重陽の節句献立



令和6年度 8・9月分 小学校給食予定表



【通常給食献立】



国立市食育推進・給食ステーション
042-572-4177

日付	献立名	赤のグループ	黄のグループ	緑のグループ	エネルギー たんぱく質
		からだの血や肉に なるもの	からだの熱や力に なるもの	からだの調子を ととのえるもの	
13(金)	ひじきごはん きのこたっぷり さけのもみじやき(にんじんノンエッグマヨネーズやき) たまねぎとあつあげのトロロに ていおんさっきんぎゅうにゅう	ぶたにく、さけ、ひじき、あぶらあげ、とり、く、とうふ、なまあげ、さけ、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、さといも、ノンエッグマヨネーズ、さとう、でんぶん	にんじん、こんにやく、まいたけ、えのきだけ、しめじ、ながねぎ、たまねぎ、えだまめ	613kcal 32.9g
 ひじきの日献立 9月15日(日)がひじきの日					
17(火)	さつまいもごはん おつきみすまじる うさぎがたハンバーグ・トマトケチャップ きゅうりときりぼしだいこんのおひたし つきみだんご ていおんさっきんぎゅうにゅう	とりにく、わかめ、かまぼこ、ハンバーグ、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、もちごめ、なたねあぶら、さつまいも、ごまいも、だんご、つきみだんご	にんじん、だいこん、エリンギ、トマトケチャップ、きりぼしだいこん、きゅうり、もやし	654kcal 23.1g
 十五夜献立 					
18(水)	わかめごはん じゃがいものみそしる たちうおフライソースがけ キャベツともやしのおかかしょうゆあえ ていおんさっきんぎゅうにゅう	わかめ、あぶらあげ、みそ、たちうおフライ、かつおぶし、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、じゃがいも、さとう	だいこん、にんじん、えのきだけ、ながねぎ、キャベツ、もやし	668kcal 24.6g
					
19(木)	ごはん うちこみじる さわらのいそべやき にんじんとこまつなのオリーブオイルドレッシングあえ ていおんさっきんぎゅうにゅう	あぶらあげ、みそ、さわら、あおさのり、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、さといも、うどん、さとう、オリーブオイル	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、ながねぎ、しょうが、キャベツ、こまつな、にんにく、レモン	628kcal 27.3g
 香川県郷土料理献立 					
20(金)	ジャンバラヤ チンゲンサイとたまごのスープ ガーリックチキン ながいものたらこノンエッグマヨネーズあえ ていおんさっきんぎゅうにゅう	ぶたにく、だいたい、とりにく、わかめ、けいらん、たらこ、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、でんぶん、オリーブオイル、ながいも、ノンエッグマヨネーズ	にんにく、セロリ、たまねぎ、マッシュルーム、トマトケチャップ、だいこん、にんじん、えのきだけ、もやし、チンゲンサイ、きゅうり	603kcal 31.4g
					
24(火)	ごはん すいとんとんじる フライドスイートポテト きりこんぶのもの ていおんさっきんぎゅうにゅう	ぶたにく、なまあげ、みそ、あぶらあげ、だいたい、こんぶ、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、すいとんだんご、さつまいも、さとう	しょうが、ごぼう、にんじん、こんにやく、ながねぎ	671kcal 23.5g
					
25(水)	ごはん くきわかめのスープ はるまき コロコロマーボーなす のむヨーグルト	ぶたにく、くきわかめ、なまあげ、のむヨーグルト	せいはいくまい、なたねあぶら、さとう、でんぶん	しょうが、にんじん、だいこん、もやし、きくらげ、チンゲンサイ、はるまき、なす、にんにく、ながねぎ、たけのこ、えだまめ、あかピーマン	586kcal 20.5g
					
26(木)	ぶどうパン さつまいものクリームシチュー チーズオムレツ パンネのペペロンチーノいため ていおんさっきんぎゅうにゅう	とりにく、ぎゅうにゅう、なまクリーム、チーズオムレツ、ペペロン	パン、バター、さつまいも、なたねあぶら、こむぎこ、マカロニ、オリーブオイル	セロリ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、にんにく、エリンギ、しめじ、パセリ	653kcal 25.1g
					
27(金)	なしりりポークカレーライス イカナゲット 1~2ねん1こ、3~6ねん2こ ブロッコリーサラダ・しおちゅうかドレッシング ていおんさっきんぎゅうにゅう	ぶたにく、イカナゲット、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、なたねあぶら、じゃがいも、さとう、こむぎこ、ドレッシング	にんにく、しょうが、セロリ、なし、じゃがいも、さとう、こむぎこ、トマトケチャップ、ブロッコリー、キャベツ、あかピーマン	668kcal 24.4g
					
30(月)	ほくほくだいたいごはん はくさいキムチのみそしる さばのしおやき カラフルこんにやくサラダ・ノンオイルクリーミーごまドレッシング みそだいたい ていおんさっきんぎゅうにゅう	だいたい、あぶらあげ、ぶたにく、こやうどうふ、みそ、さば、みそだいたい、ぎゅうにゅう	せいはいくまい、せいはいくまい、なたねあぶら、さとう	にんじん、エリンギ、はくさい、はくさいキムチ、ながねぎ、しょうが、こんにやく、キャベツ	660kcal 35.3g
 みその日献立					

月平均栄養価 エネルギー 649kcal たんぱく質 26.7g

魚には、骨があります。



※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

くにたち食育推進・給食ステーション

KAMU COME kitchenは

開所して1年になりました!

令和5年度2学期より、新しい給食ステーション・カムカムキッチンで作った給食を皆さんにお届けしてきました。ここで、開所して1周年を迎えます。お祝いの気持ちをこめて、開所1年のお祝い献立を提供します。

お祝いの色「紅白」を献立の中にちりばめました。

これからも変わらず、安心・安全な美味しい給食をお届けします。

使っている私たちの野菜(本字)



【222-5720】