



令和3年度

## 8・9月給食献立予定表

秩父市立北部共同調理場



日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯に なる食品（赤）	熱や力のもとに なる食品（黄）	からだの調子を 整える食品（緑）	I値 kcal	たんぱく質 g
26	木	ごはん	牛乳	トマトハヤシライス 海藻サラダ（塩ドレッシング） ももゼリー	牛乳 豚肉 わかめ まわかめ 昆布 のり	ごはん ジャガ芋 油 バター 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 トマト もやし キャベツ 葱 もも レモン	848	26.1
27	金	フラワーロール	牛乳	ハンブキンポターージュ チキンナゲット③ ゆで野菜サラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 ベーコン 鶏肉 おから	パン 油 小麦粉 バター パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉	南瓜 玉葱 人参 にんにく ブロッコリー とうもろこし トマト	849	30.2
30	月	わかめ麦ごはん	牛乳	厚揚げのチャオサイ ほうれん草のナムル（ナムルドレッシング） 冷凍みかん	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま	キャベツ 玉葱 人参 葱 生姜 ほうれん草 大豆もやし みかん にんにく	809	29.5
31	火	ごはん	牛乳	春雨スープ あじフリッター② ピビンパの具	牛乳 ベーコン あじ 豚肉 沖あみ のり	ごはん 春雨 ごま油 砂糖 ごま 小麦粉 でん粉 米粉 油	玉葱 キャベツ 人参 チンゲンサイ 椎茸 生姜 にんにく 葱 大根 キムチ 大豆もやし ほうれん草	834	28.8
1	水	黒糖きなこ 揚げパン	牛乳	ミネストローネスープ アンサンブルエッグ 秩父こんにゃくサラダ（青じそドレッシング）	牛乳 きなこ ベーコン 卵 まわかめ チーズ	パン 油 砂糖 ジャガ芋 マカロニ でん粉	玉葱 キャベツ 人参 トマト こんにゃく 小松菜 レモン しそ	843	29.3
2	木	ごはん	牛乳	豚汁 鶏肉の香り揚げ② 磯香和え	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉 のり 卵	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 米粉	大根 ごぼう 葱 人参 こんにゃく ほうれん草 キャベツ 生姜 にんにく	845	34.0
3	金	食パン （チョコ クリーム）	牛乳	ワンタンスープ エビカツ ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳 鶏肉 えび ひじき すり身	パン クリーム ワンタン ごま油 油 ごま パン粉 でん粉 砂糖	もやし 葱 人参 チンゲンサイ ごぼう れんこん 玉葱	807	27.1
6	月	地粉うどん	牛乳	根菜ごまうどんの汁 いかの天ぷら ゆかり和え 中：スイートポテト	牛乳 鶏肉 油揚げ いか	うどん ジャガ芋 ごま油 小麦粉 でん粉 さつま芋 砂糖 米粉	大根 人参 葱 ごぼう 椎茸 ほうれん草 キャベツ もやし しそ	850	32.9
7	火	ごはん	牛乳	肉丼の具 厚焼きたまご ごま和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 卵	ごはん 砂糖 油 ごま でん粉	玉葱 人参 いんげん 白滝 生姜 ほうれん草 キャベツ	816	36.6
8	水	ごはん	牛乳	じゃがいもの味噌汁 味付トンカツ② 小松菜和え	牛乳 油揚げ わかめ 豚肉 大豆粉	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 でん粉 パン粉	玉葱 人参 いんげん 小松菜 キャベツ とうもろこし	805	30.4
9	木	ごはん	牛乳	豆腐のうま煮 揚げ餃子③ 大豆もやしのナムル（ナムルドレッシング）	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉	ごはん 油 でん粉 ごま油 砂糖 ごま 小麦粉	玉葱 キャベツ 人参 ピーマン 葱 木耳 にんにく 生姜 小松菜 大豆もやし	873	33.4
10	金	ナン	牛乳	チリビーンズ コーンサラダ（コーンクリームドレッシング） ヨーグルト	牛乳 大豆 金時豆 豚肉 ヨーグルト	ナン ジャガ芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく キャベツ とうもろこし ブルーベリー レモン ピーマン	833	33.1
14	火	広島菜めし	牛乳	さつまいもの味噌汁 白身魚の甘酢あんかけ 塩昆布和え	牛乳 油揚げ メルルーサ 昆布	ごはん さつま芋 でん粉 油 砂糖 ごま油	広島菜 大根 ごぼう 葱 人参 キャベツ 小松菜	802	31.0
15	水	ツイストパン	牛乳	和風ミートスパゲティー ウイナーのケチャップソース ブロッコリーサラダ（玉葱ドレッシング）	牛乳 豚肉 ウイナー	パン スパゲティー 油 バター 砂糖	玉葱 人参 ピーマン にんにく 生姜 キャベツ ブロッコリー 葱 ゆず	851	33.6
16	木	ごはん	牛乳	チキンカレー コールスローサラダ（コールスロドレッシング） 福神漬	牛乳 鶏肉	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 キャベツ 胡瓜 レモン バイン 大根 胡瓜 茄子 れんこん しそ	827	27.6
17	金	はちみつパン	牛乳	野菜豆腐スープ ハムカツ（中濃ソース） イタリアンサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 豆腐 ベーコン ハム 大豆粉	パン 油 でん粉 パン粉 砂糖	玉葱 人参 キャベツ 椎茸 ブロッコリー とうもろこし トマト	872	30.4
21	火	ひじきごはん	牛乳	お月見汁 さけフライ お月見ゼリー	牛乳 ひじき 鶏肉 油揚げ なたと さけ	ごはん 油 砂糖 上新粉 パン粉 小麦粉	人参 ごぼう 椎茸 こんにゃく しめじ 葱 ほうれん草 みかん ぶどう	826	33.2
22	水	こどもパン スライス	牛乳	コンソメスープ 煮込みハンバーグ スライスチーズ 温野菜サラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉 チーズ	パン ジャガ芋 でん粉 砂糖 油	玉葱 キャベツ 人参 りんご ほうれん草 ブロッコリー トマト	840	35.3
24	金	食パン （いちごジャム）	牛乳	クラムチャウダー チキンちぎり揚げ② グリーンサラダ（玉葱ドレッシング）	牛乳 ベーコン あさり 鶏肉	パン ジャム ジャガ芋 小麦粉 バター 油 砂糖 パン粉 でん粉	玉葱 人参 キャベツ ほうれん草 ブロッコリー 枝豆 ごぼう 葱 ピーマン ゆず	857	31.5
27	月	中華めん	牛乳	味噌ラーメンのスープ 揚げ肉焼売③ チョレギサラダ（塩ドレッシング）	牛乳 豚肉 鶏肉 わかめ のり 大豆	めん 油 ごま でん粉 砂糖 小麦粉	キャベツ もやし 人参 玉葱 にんにく 生姜 葱 レモン	802	33.7
28	火	栗ごはん （ごま塩）	牛乳	野菜の味噌汁 鶏肉の竜田揚げ 和梨ゼリー	牛乳 油揚げ 鶏肉	ごはん でん粉 油 ごま 砂糖	栗 しめじ 大根 小松菜 人参 葱 生姜 梨	876	36.7
29	水	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 彩の園なっとう たくあん和え	牛乳 鶏肉 大豆	ごはん ジャガ芋 砂糖 油 でん粉 ごま	玉葱 人参 いんげん たくあん もやし ほうれん草	825	30.4
30	木	ごはん	牛乳	豆腐とわかめの味噌汁 さばの味噌煮 五目きんぴら	牛乳 豆腐 わかめ さば 豚肉 竹輪	ごはん 油 砂糖 でん粉	玉葱 人参 ごぼう れんこん こんにゃく	856	37.0

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。  
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。