８・９月の学校給食献立予定表

2026年　8月　　秩父第一中学校共同調理場

日	曜	主食	牛乳	主菜･副菜	血や肉、骨や歯になる食品 1群･2群	からだの調子を整える食品 3群･4群	熱や力のもとになる食品 5群･6群	エネルギー kcal	タンパク質 g
26	水	厚切り食パン チョコパテ	○	クラムチャウダー 照焼きハンバーグ キャベツのガーリック炒め	牛乳、ベーコン あさり、チーズ ハンバーグ	玉ねぎ、にんじん にんにく、キャベツ とうもろこし、小松菜	食パン、チョコパテ、じゃがいも 薄力粉、サラダ油、バター 三温糖、片栗粉、オリーブ油	827	32.8
27	木	白飯	○	かきたま汁 あじのねぎ塩ソース 切干大根のカレー炒め	牛乳、豆腐 なると、たまご アジ、豚肉	にんじん、玉ねぎ、小松菜 ねぎ、レモン果汁、しらたき にんにく、大根	白飯、片栗粉 大豆油、ごま油 サラダ油、上白糖	813	33.2
28	金	白飯	○	じゃが豚キムチ チーズはんぺんフライ 骨丸ごとおかかあえ	牛乳、豚肉 厚揚げ、おかか チーズはんぺんフライ	玉ねぎ、にんじん にら、こんにゃく ほうれん草、キャベツ	白飯、サラダ油 じゃがいも、三温糖 大豆油	838	29.0
31	月	ナン	○	野菜たっぷりキーマカレー ごぼうサラダ いちごヨーグルト	牛乳、豚肉 大豆、ひじき いちごヨーグルト	にんにく、しょうが、青ピーマン 赤ピーマン、なす、玉ねぎ、トマト にんじん、ごぼう、れんこん、いんげん	ナン、サラダ油 カレールウ、ごま ドレッシング	740	31.4
2026年9月									
1	火	白飯	○	かぼちゃ豚汁 さばのみそ煮 和風サラダ	牛乳、豚肉 豆腐、みそ サバ	ごぼう、こんにゃく、にんじん かぼちゃ、大根、ねぎ キャベツ、小松菜、もやし	白飯、じゃがいも サラダ油 ドレッシング	750	34.7
2	水	地粉うどん	○	きのこ入りわかめうどん 竹輪の磯辺揚げ② 塩昆布あえ	牛乳、鶏肉 わかめ、なると、竹輪 青のり、塩昆布	にんじん、玉ねぎ、なめこ ほうれん草、しいたけ、キャベツ えのきたけ、小松菜、きゅうり	地粉うどん、薄力粉 大豆油、ごま油 ごま	751	31.2
台湾									
3	木	白飯	○	ルオポータン風たまごスープ 小籠包② ルーローハンの具	牛乳、豚肉 小籠包 たまご	玉ねぎ、竹の子、小松菜 大根、にんじん、チンゲン菜 ねぎ、えのきたけ	白飯、サラダ油 上白糖、片栗粉 ごま油	763	30.5
韓国									
4	金	白飯 韓国のり	○	トックスープ チヂミ プルコギ風炒め	牛乳、鶏肉 わかめ、豚肉 のり	玉ねぎ、にんじん、ねぎ えのきたけ、チヂミ、にんにく しょうが、もやし、しめじ、にら	白飯、サラダ油 トック、ごま油 春雨、上白糖、片栗粉	833	28.6
ジョージア									
7	月	ツイストパン	コーヒー牛乳	シュクメルリ かぼちゃひき肉フライ グリーンサラダ	コーヒー牛乳 鶏肉、チーズ 豚肉	にんにく、玉ねぎ、にんじん かぼちゃ、キャベツ、枝豆 きゅうり、ブロッコリー	ツイストパン、上白糖 サラダ油、さつまいも シチュールウ、大豆油	903	27.8
8	火	白飯	○	ジャージャン豆腐 コーン焼売② もやしの中華サラダ	牛乳、豚肉 厚揚げ コーン焼売	しょうが、にんにく しいたけ、竹の子、ねぎ 小松菜、もやし、にんじん	白飯、三温糖 サラダ油、片栗粉 ごま油、ドレッシング	864	36.8
アメリカ									
9	水	子どもパン	○	ガンボスープ オニオンソースハンバーグ コールスローサラダ	牛乳、あさり 鶏肉 ハンバーグ	玉ねぎ、にんじん、セロリー オクラ、トマト、キャベツ とうもろこし	子どもパン、サラダ油 じゃがいも、上白糖 ハヤシルウ、ドレッシング	795	32.3
日本									
10	木	白飯	○	きりたんぽ汁 さんまのみぞれ煮 ほうれん草のごまあえ	牛乳、鶏肉 豆腐 サンマ	こんにゃく、ねぎ、ごぼう 小松菜、にんじん、大根 ほうれん草、もやし	白飯、サラダ油 上白糖 ごま、きりたんぽ	832	28.6
11	金	わかめごはん	○	厚揚げの五目煮 かまぼこのみりん焼き② 小松菜あえ	牛乳、わかめ 豚肉、かまぼこ 厚揚げ	玉ねぎ、にんじん、竹の子 きぬさや、小松菜 キャベツ、とうもろこし	白飯、サラダ油 三温糖、片栗粉 ごま油、上白糖	830	36.7
イギリス									
14	月	食パン いちごジャム	○	スコッチブロス ししゃもフリッター② コロネーションサラダ	牛乳、鶏肉、ひよこ豆 青えんどう豆、赤いんげん豆 子持ちししゃも	玉ねぎ、キャベツ セロリー、きゅうり とうもろこし、にんじん	食パン、いちごジャム、サラダ油 じゃがいも、大豆油 ノンエッグマヨネーズ、上白糖	769	31.9
15	火	白飯	○	春雨スープ 鶏肉の唐揚げ③ 切干大根のカレーきんぴら	牛乳、ベーコン 鶏肉 豚肉	玉ねぎ、にんじん、もやし ほうれん草、大根 しらたき、ごぼう	白飯、春雨 ごま油、大豆油 サラダ油、上白糖	807	30.3
中国									
16	水	中華めん	○	四川風味噌ラーメン 揚げ餃子③ バンバンジーサラダ	牛乳、豚肉 餃子 鶏肉	キャベツ、もやし、にんじん メンマ、にんにく、しょうが ねぎ、にら、きゅうり	中華めん、ごま油 大豆油、春雨 ドレッシング	748	34.0
秩父									
17	木	白飯	○	スタミナスープ 白身魚のカボスソースかけ 彩玉ナムル	牛乳、豚肉 豆腐、みそ タラ	にんじん、玉ねぎ、大根 ねぎ、カボスソース 小松菜、ブロッコリー、かぶ	白飯、サラダ油、ごま じゃがいも、大豆油 上白糖、ドレッシング	787	33.1
18	金	白飯	○	チキンカレー こんにゃくサラダ 和梨ゼリー	牛乳 鶏肉 わかめ	玉ねぎ、にんじん サラダこんにゃく キャベツ、ほうれん草	白飯、サラダ油 じゃがいも、カレールウ ドレッシング、和梨ゼリー	805	24.0
お月見献立									
24	木	こぎつねごはん	○	お月見汁 エビカツ 十五夜ゼリー	牛乳、鶏肉 油揚げ、エビカツ 鶏肉	しょうが、にんじん、枝豆 ごぼう、大根、しめじ ねぎ、小松菜	白飯、サラダ油 三温糖、いももち 大豆油、十五夜ゼリー	855	28.7
メキシコ									
28	月	はちみつパン	○	ABCスープ 鶏肉のサルサソースかけ ビーンズサラダ	牛乳、赤いんげん豆 鶏肉、青えんどう豆 ベーコン、ひよこ豆	玉ねぎ、にんじん、キャベツ きゅうり、とうもろこし レモン果汁	はちみつパン、大豆油、マカロニ オリーブ油、片栗粉、じゃがいも ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ、サラダ油、上白糖	857	38.5
29	火	白飯	○	秋野菜のみそ汁 メンチカツ たくあんあえ	牛乳、豆腐 油揚げ、みそ メンチカツ	なす、玉ねぎ、にんじん なめこ、たくあん キャベツ、きゅうり	白飯、さつまいも 大豆油、ごま油 ごま、ドレッシング	793	22.2
イタリア									
30	水	フラワーロール	○	ニョッキのクリーム煮 白身魚のフリッター② イタリアンサラダ	牛乳 鶏肉 タラ	玉ねぎ、にんじん ブロッコリー、キャベツ とうもろこし	フラワーロール、薄力粉、バター サラダ油、ポテトニョッキ 大豆油、ドレッシング	859	31.3

◆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。
◆秩父第一中学校、秩父第二中学校、

19日は食育の日



夏休みは楽しく過ごしましたか？まだまだ暑い日が続きますので、暑さに負けないためにもしっかり食べましょう。給食には栄養価がとくに豊富な旬の食材もたくさん使っているので、しっかり栄養補給をしながら２学期も元気にがんばりましょう！