

令和8年 8月 給食献立表

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
3	月	麦ごはん 味噌汁(小松菜・卵) シブイのあんかけ 和風サラダ オレンジ	煮干し ふむふむ 牛乳	・鶏卵・きびなご調味干し ・麦みそ・ぶたひき肉 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・片栗粉・粉糖 ・黒砂糖 ・ごま油・車ふ	・こまつな・とうがん・にら ・だいこん ・きゅうり・にんじん・乾わかめ ・たまねぎ・オレンジ
4	火	麦ごはん へちまの味噌煮 揚げじゃがいもの和え物 ちくわ オレンジ	煮干し チョコスティックパン 牛乳	・沖縄豆腐 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・麦みそ・ロースハム ・焼き竹輪・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・調合油 ・じゃがいも ・黒砂糖	・へちま・にら・きゅうり・オレンジ
5	水	麦ごはん コーンスープ マーボー豆腐 ごぼうサラダ オレンジ	煮干し バナナケーキ 牛乳	・鶏卵・沖縄豆腐 ・ぶたひき肉 ・ロースハム・煮干し ・普通牛乳	・精白米・押麦・じゃがいも ・ごま油・片栗粉・マヨネーズ ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖・無塩バター	・コーン缶詰クリーム・にんじん ・たまねぎ・ごぼう ・青ピーマン・トマトケチャップ ・きゅうり・オレンジ・バナナ
6	木	支那そば かき揚げ(インゲン・ソーセージ) 棒チーズ きゅうりスティック ウインナーのポイル オレンジ	煮干し いなりずし 牛乳	・魚肉ソーセージ・鶏卵 ・プロセスチーズ ・ウインナーソーセージ ・煮干し ・油揚げ・普通牛乳	・沖縄そば・ごま油・粉糖 ・薄力粉 ・調合油・七分つき米 ・いりごま ・グラニュー糖	・にんじん・たまねぎ・さやいんげん ・きゅうり ・オレンジ
7	金	焼きそば ゆし豆腐 コーンサラダ(キャベツ) オレンジ	煮干し 梅おにぎり 牛乳	・ぶたかたロース ・ゆし豆腐・麦みそ ・まぐろ油漬缶詰(白) ・煮干し・普通牛乳	・沖縄そば・調合油・黒砂糖 ・ごま油 ・精白米・いりごま	・キャベツ・たまねぎ・にんじん ・にら・きゅうり ・あおのり・青ねぎ・冷凍コーン ・レタス・オレンジ・梅干し
10	月	麦ごはん すまし汁(しいたけ・えのき) 小松菜の胡麻和え 照り焼きチキン オレンジ	煮干し そばがりがり 牛乳	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・若鶏もも・煮干し ・普通牛乳	・精白米・押麦・いりごま ・マヨネーズ ・黒砂糖・沖縄そば・なたね油	・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ ・ほうれんそう・にんじん ・キャベツ・こまつな・だいずもやし ・だいこん・おろししょうが
12	水	麦ごはん すまし汁(大根・ちくわ) 魚フライ なすの味噌煮 オレンジ	煮干し チョコと コーンフレーククッキー 牛乳	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・しいら・鶏卵・ベーコン ・麦みそ・煮干し・普通牛乳	・精白米・押麦・薄力粉 ・パン粉・コーンフレーク ・調合油・片栗粉 ・無塩バター・グラニュー糖	・だいこん・水戻しわかめ・青ねぎ ・なす ・にら・オレンジ
13	木	麦ごはん 味噌汁(へちま・卵) レバニラ炒め グリーンマッシュ(青海苔) オレンジ	煮干し 黒糖カステラ 牛乳	・鶏卵・麦みそ ・きびなご調味干し ・ぶた肝臓 ・ぶたかたロース ・普通牛乳・煮干し	・精白米・押麦・片栗粉・粉糖 ・じゃがいも ・無塩バター・強力粉 ・いりごま	・へちま・青ねぎ・だいずもやし ・キャベツ ・にんじん・青ピーマン・たまねぎ ・にら ・あおのり・オレンジ・レーズン
14	金	カレーライス アーサ汁 和風和え オレンジ	煮干し あげパン 牛乳	・ぶたもも(赤肉) ・ぶた肝臓・沖縄豆腐 ・焼き竹輪・煮干し ・きびなご調味干し	・精白米・押麦・じゃがいも ・黒砂糖 ・ごま油・ロールパン・調合油	・たまねぎ・にんじん ・ゆでグリーンピース・きゅうり ・冷凍コーン・にんにく・あおさ ・キャベツ・乾わかめ・オレンジ
17	月	麦ごはん 味噌汁(大根・油揚げ・わかめ) わかさぎの南蛮漬け ポテトサラダ オレンジ	煮干し ラスク 牛乳	・油揚げ・麦みそ ・きびなご調味干し ・わかさぎ・鶏卵・煮干し ・きな粉・普通牛乳	・精白米・押麦・薄力粉 ・片栗粉・マヨネーズ・食パン ・調合油・黒砂糖・じゃがいも ・マカロニ・スバゲティ	・だいこん・水戻しわかめ・たまねぎ ・にんじん ・トマト・きゅうり・りんご ・オレンジ
18	火	小豆ごはん イナムドゥチ ちくわの磯辺揚げ ワカメサラダ オレンジ	煮干し プリン 乾パン	・ゆであずき ・ぶたかた(赤肉) ・蒸しかまぼこ・麦みそ ・焼き竹輪・まぐろ油漬缶詰(白)	・精白米・いりごま・しらたき ・薄力粉 ・黒砂糖・ごま油・乾パン	・乾しいたけ・だいこん・青ねぎ ・あおのり ・乾わかめ・トマト・レタス ・キャベツ・オレンジ
19	水	ちらし寿司(ひじき・大豆) すまし汁(もずく・ちくわ) サラスパ チキンのから揚げ パインアップル	煮干し シフォンケーキ 牛乳	・大豆・鶏卵・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・ブレスハム・鶏手羽 ・煮干し・普通牛乳	・精白米・黒砂糖 ・マカロニ・スバゲティ ・マヨネーズ・薄力粉・調合油 ・片栗粉・白ざら糖	・乾ひじき・にんじん・きゅうり ・べったら漬 ・もずく・青ねぎ・りんご ・パインアップル缶詰
20	木	お弁当会	煮干し チョコアイスクリーム 乾パン	・煮干し・アイスクリーム	・乾パン	
21	金	芋ごはん すまし汁(大根・ちくわ) ゴーヤーチャンプルー さばの味噌煮 オレンジ	煮干し ヨーグルトケーキ クラッカー	・きびなご調味干し ・鶏卵・沖縄豆腐 ・まぐろ油漬缶詰(白) ・さば・麦みそ・煮干し	・いりごま ・調合油・グラニュー糖	・にがうり ・にんじん・だいずもやし・たまねぎ ・オレンジ ・レモン果汁
24	月	麦ごはん 味噌汁(わかめ・卵) 魚のあんかけ サラスパ オレンジ	煮干し ふかし芋 牛乳	・油揚げ・鶏卵・麦みそ ・めばる ・ブレスハム・煮干し ・普通牛乳	・精白米・押麦・片栗粉 ・なたね油・黒砂糖・ごま油 ・マカロニ・スバゲティ ・マヨネーズ・さつまいも	・水戻しわかめ・青ねぎ・たまねぎ ・にんじん ・青ピーマン・乾しいたけ・きゅうり ・りんご・オレンジ
25	火	肉みそスバゲティー コーンスープ ひじきサラダ オレンジ	煮干し わかめおにぎり 牛乳	・ぶたひき肉・麦みそ ・鶏卵 ・焼き竹輪・煮干し ・普通牛乳	・マカロニ・スバゲティ ・調合油・じゃがいも ・グラニュー糖・片栗粉 ・黒砂糖・ごま油・精白米	・たまねぎ・にんじん・にんにく ・コーン缶詰クリーム ・乾ひじき・トマト・レタス ・キャベツ・オレンジ
26	水	麦ごはん 中国風かき玉汁 魚のチーズ・マヨネーズ焼き 揚げじゃがいもの和え物 オレンジ	煮干し くずもち 牛乳	・沖縄豆腐・鶏卵 ・きびなご調味干し ・キングクリップ・ロースハム ・パルメザンチーズ・煮干し	・精白米・押麦・片栗粉 ・マヨネーズ ・じゃがいも・黒砂糖・調合油 ・くず粉	・にんじん・乾しいたけ・にら ・たまねぎ ・きゅうり・オレンジ
28	金	麦ごはん すまし汁(油揚げ・しめじ) ブロッコリーの胡麻和え 鮭のみそ焼き オレンジ	煮干し 超熟レーズンパン 牛乳	・油揚げ・鶏卵 ・きびなご調味干し ・さけ・金山寺みそ ・煮干し ・普通牛乳	・精白米・押麦・いりごま ・マヨネーズ ・黒砂糖・グラニュー糖 ・ごま油 ・ぶどうパン	・ぶなしめじ・えのきたけ・青ねぎ ・ブロッコリー ・キャベツ・だいずもやし・にんじん ・オレンジ
31	月	麦ごはん すまし汁(しめじ・えのき) 八宝菜 かぼちゃの素焼き オレンジ	煮干し ごまいり砂糖天ぷら 牛乳	・焼き竹輪 ・きびなご調味干し ・ぶたかたロース(皮脂無) ・煮干し・鶏卵・普通牛乳	・精白米・押麦・調合油 ・片栗粉 ・ごま油・いりごま・薄力粉 ・グラニュー糖・無塩バター	・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ ・たまねぎ・乾しいたけ ・にんじん・はくさい・青ピーマン ・たけのこ・きくらげ・かぼちゃ
土曜日 メ ニュー		ジュシー 味噌汁(わかめ・ねぎ) きゅうりスティック オレンジ	超熟レーズンパン 牛乳	・まぐろ油漬缶詰(白) ・麦みそ ・きびなご調味干し ・普通牛乳	・精白米・ぶどうパン	・にんじん・たまねぎ・乾ひじき ・青ねぎ ・乾わかめ・きゅうり・オレンジ