

日 (曜)	献立名	食 品 名			
		赤（体をつくる）	緑（体の調子をととのえる）	黄（エネルギーになる）	その他
1 (火)	牛乳 ごはん クーブイリチー トマトと卵のスープ	牛乳 豚肉 きざみ昆布 ベーコン たまご	切り干し大根 人参 トマト 玉ねぎ	米 砂糖 ごま油 かたくり粉	酒 濃口しょうゆ 塩 酒 濃口しょうゆ チキンブイオン
2 (水)	牛乳 ごはん 冬瓜と豚肉の煮物 白玉のみそ汁	牛乳 豚肉 削り節 鶏肉 赤みそ 削り節	冬瓜 人参 土しょうが 人参 大根 小松菜	米 砂糖 かたくり粉 白玉団子	淡口しょうゆ みりん 酒
3 (木)	牛乳 麦ごはん 夏野菜のカレーライス フレンチサラダ	牛乳 豚肉	かぼちゃ なす 玉ねぎ 人参 人参 キャベツ とうもろこし	米 押麦 なたね油 なたね油 砂糖	塩 こしょう カレールウ 濃口しょうゆ 酢 淡口しょうゆ みりん
4 (金)	牛乳 コッペパン チキンナゲット キャベツとツナのソテー レタスのスープ	牛乳 チキンナゲット まぐろオイル漬け 豆腐 削り節	キャベツ レタス 人参	コッペパン なたね油 ごま油	塩 こしょう こしょう 塩 淡口しょうゆ
7 (月)	牛乳 ちらし寿司 かきたま汁 青りんごゼリー	牛乳 ちくわ 高野豆腐 ちりめんじゃこ たまご かまぼこ だし昆布 削り節	人参 ごぼう 干しいたけ 玉ねぎ 青ねぎ	米 砂糖 ごま そうめん かたくり粉 青りんごゼリー	酢 塩 濃口しょうゆ 酒 淡口しょうゆ 塩
8 (火)	牛乳 減量パン ゴーヤスパゲティ ごぼうサラダ	牛乳 ベーコン	玉ねぎ エリンギ 人参 ゴーヤ にんにく ごぼう 人参 とうもろこし	減量パン スパゲティ オリーブ油 ごま なたね油 ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう 濃口しょうゆ
9 (水)	牛乳 ごはん 豚肉のしょうが炒め みそ汁	牛乳 豚肉 わかめ 油揚げ 赤みそ 白みそ 削り節 豆腐	土しょうが 玉ねぎ 人参 玉ねぎ 人参	米 なたね油 こんにゃく 砂糖	酒 濃口しょうゆ
10 (木)	牛乳 梅ごはん かつおの角煮 冬瓜のみそ汁 ムース	牛乳 かつお 油揚げ 赤みそ 白みそ 削り節	梅干し 玉ねぎ 土しょうが 冬瓜 人参 青ねぎ	米 砂糖 ムース	濃口しょうゆ みりん
11 (金)	牛乳 アップルパン 揚げシュウマイ 枝豆 ビーフンスープ	牛乳 シュウマイ 鶏肉 削り節	枝豆 チンゲンサイ キャベツ 人参	アップルパン なたね油 ビーフン	塩 淡口しょうゆ 塩
14 (月)	牛乳 ごはん カレー味のうま煮 ひじきふりかけ	牛乳 鶏肉 絹揚げ 平天 ひじき ちりめんじゃこ	玉ねぎ 人参 土しょうが	米 じゃが芋 砂糖 ごま 砂糖	カレー粉 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みりん
15 (火)	牛乳 ピラフ 四川風スープ フルーツポンチ	牛乳 ベーコン ウィナー 豚肉 豆腐 たまご 削り節	人参 玉ねぎ とうもろこし たけのこ 玉ねぎ 青ねぎ 干しいたけ みかん缶 黄桃缶	米 押麦 なたね油 かたくり粉 レモンゼリー	淡口しょうゆ 塩 こしょう 淡口しょうゆ 塩 こしょう トウバンジャン
16 (水)	牛乳 コッペパン きびなごのカリカリフライ フェジョアード	牛乳 きびなごフライ ウィナー 豚肉	にんにく 人参 玉ねぎ	コッペパン なたね油 白いんげん豆	チキンブイオン 塩 こしょう ローリエ粉
17 (木)	牛乳 ◎玄米ごはん ミートボールと野菜のケチャップ煮 じゃが芋のみそ汁	牛乳 ミートボール わかめ 赤みそ 白みそ 削り節	人参 玉ねぎ 人参 玉ねぎ	米 もち玄米 なたね油 砂糖 じゃが芋	塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース チキンブイオン

フェジョアード ブラジル

ブラジルは南アメリカ大陸に位置している世界で5番目に面積が広い国です。日本の約22倍あります。
17日（木）の献立「フェジョアード」はブラジルで有名な料理です。豆と肉を煮込んで作ります。
食堂から高級レストランなどさまざまな場所で食べることができ、ブラジル国民にもっとも親しまれている料理のひとつです。

令和7(2025)年 8月 給食予定献立表

日 (曜)	献立名	食 品 名			
		赤（体をつくる）	緑（体の調子をととのえる）	黄（エネルギーになる）	その他
27 (水)	牛乳 麦ごはん ハヤシライス ツナサラダ	牛乳 豚肉 まぐろオイル漬け	玉ねぎ 人参 キャベツ	米 押麦 なたね油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	こしょう ハヤシルウ トマトピューレ ウスターソース
28 (木)	牛乳 ごはん きゅうりと豚肉の塩昆布炒め サンラータン 桃ゼリー	牛乳 豚肉 塩昆布 たまご 豆腐 削り節	土しょうが きゅうり 人参 白菜キムチ 干しいたけ	米 なたね油 かたくり粉 桃ゼリー	酒 淡口しょうゆ 淡口しょうゆ 酢 酒 塩 こしょう
29 (金)	牛乳 コッペパン 煮こみハンバーグ コーンポテト 野菜スープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン 削り節	とうもろこし 玉ねぎ 人参 キャベツ	コッペパン 砂糖 じゃが芋 バター	トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう 塩 こしょう 淡口しょうゆ

栄養素	Ical	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
単位	kcal	%	%	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
当月平均	604	15.9	30.8	317	80	2.4	3	210	0.37	0.48	25	4.8	2.3
摂取基準	650	エネルギーの13～20%	エネルギーの20～30%	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0