



令和4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単位 - kcal	タンパク質 g
26	金	ナン	牛乳	キーマカレー ブロッコリーサラダ（たまねぎドレッシング） レモンゼリー	牛乳 ふたにく だいす	ナン ジャがいも あぶら さとう でんぷん こむぎこ	たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが ゆず ブロッコリー レモン キャベツ ピーマン	616	22.1
29	月	ごはん	牛乳	にくどんのぐ あつやきたまご ごまあえ	牛乳 ふたにく かまぼこ たまご	ごはん さとう あぶら ごま でんぷん	たまねぎ にんじん いんげん しらたき しょうが ほうれんそう キャベツ	628	29.4
30	火	ひろしまなめし	牛乳	あつあげのチャオサイ あげぎょうざ② れいとうみかん	牛乳 なまあげ ぶたにく とりにく	ごはん あぶら さとう でんぷん ごまあぶら こむぎこ	ひろしまな キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ しょうが みかん にんにく	663	23.6
31	水	はちみつパン	牛乳	ミネストローネ ハムチーズピカタ ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳 ベーコン ひじき たまご ハム チーズ	パン ジャがいも マカロニ ごま あぶら さとう でんぷん	たまねぎ キャベツ にんじん トマト ごぼう れんこん	632	21.1
1	木	ごはん	牛乳	とんじる とりにくのかおりあげ おかかあえ	牛乳 ふたにく とうふ とりにく かつおぶし たまご	ごはん ジャがいも あぶら さとう でんぷん パンこ こむぎこ こめこ	だいこん ごぼう ねぎ にんじん こんにゃく ほうれんそう キャベツ しょうが にんにく	643	27.5
2	金	バターロール	牛乳	ナポリタンスパゲティー グリーンサラダ（イタリアンドレッシング） ヨーグルト	牛乳 ハム ヨーグルト	パン スパゲティー あぶら バター さとう	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく キャベツ ほうれんそう えだまめ ブロッコリー トマト	630	23.1
5	月	わかめごはん	牛乳	さつまいものみそしる しろみざかなのあますあんかけ たくあんあえ	牛乳 わかめ あぶらあげ メルルーサ	ごはん さつまいも でんぷん あぶら さとう ごま	だいこん ごぼう ねぎ にんじん たくあん もやし ほうれんそう	618	25.7
6	火	ごはん	牛乳	マーボーどうふ コーンしゅうまい② チョレギサラダ（しおドレッシング）	牛乳 とうふ ぶたにく わかめ のり すりみ	ごはん あぶら さとう でんぷん ごまあぶら ごま パンこ こむぎこ	ねぎ にんじん たけのこ にら しいたけ にんにく しょうが キャベツ レモン とうもろこし たまねぎ	625	25.3
7	水	じごなうどん	牛乳	おかめうどんのしる いかのてんぷら ゆかりあえ	牛乳 とりにく かまぼこ たまご あぶらあげ いか	うどん あぶら さとう こむぎこ でんぷん	ねぎ にんじん こまつな たけのこ しいたけ ほうれんそう キャベツ もやし しそ	665	29.1
8	木	そぼろごはん	牛乳	おつきみじる あじフリッター② おつきみゼリー	牛乳 ふたにく なると あじ おきあみ のり	ごはん さとう あぶら しょうしんこ こむぎこ でんぷん こめこ	しょうが ごぼう にんじん たけのこ しめじ ねぎ ほうれんそう みかん ブルーベリー	719	27.5
9	金	フラワーロール	牛乳	しろはなまめのポタージュ ウインナーのケチャップソース おんやさいサラダ（たまねぎドレッシング）	牛乳 ベーコン ウインナー チーズ ふんにゅう	パン ジャがいも あぶら バター さとう こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん パセリ しろはなまめ ほうれんそう キャベツ ピーマン ねぎ ゆず	647	24.3
13	火	チャーハン	牛乳	ちゅうかスープ カツオカツ フルーツあんぱん	牛乳 ふたにく とりにく たまご とうふ かつお とうにゅう	ごはん あぶら ごまあぶら パンこ さとう こむぎこ	ねぎ にんじん しょうが にんにく チンゲンサイ きくらげ たまねぎ もも あんず	648	26.8
14	水	しょくパン （アップル ハニー）	牛乳	ABCスープ デミグラスにこみハンバーグ コーンポテト	牛乳 ベーコン とりにく ふたにく のり	パン アップルハニー マカロニ さとう ジャがいも でんぷん あぶら	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー とうもろこし	640	24.0
15	木	ごはん	牛乳	チキンカレー あわせるゼリー（ぶどう） ふくじんづけ	牛乳 とりにく	ごはん ジャがいも あぶら さとう こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ぶどう もも バイン みかん だいこん なす きゅうり れんこん なたまめ しそ	678	21.8
16	金	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ アンサンブルエッグ ほうれんそうソテー	牛乳 だいす ぶたにく たまご チーズ ベーコン	パン ジャがいも さとう あぶら でんぷん	いんげんまめ たまねぎ にんじん ピーマン にんにく ほうれんそう トマト とうもろこし	629	27.1
20	火	ごはん	牛乳	はるさめスープ さいのくにニラまんじゅう② ピピンパのぐ	牛乳 ベーコン ぶたにく だいすこ	ごはん はるさめ ごまあぶら さとう ごま でんぷん こむぎこ	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ しいたけ キムチ にんにく しょうが にら だいこん ねぎ だいすもやし ほうれんそう	649	23.9
21	水	こどもパン スライス	牛乳	コンソメスープ ハムカツ（ちゅうのうソース） カリフラワーサラダ（コーンクリーミードレッシング）	牛乳 ベーコン ハム だいすこ	パン ジャがいも あぶら でんぷん パンこ さとう	たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー カリフラワー プルーン とうもろこし レモン	673	22.5
22	木	ごはん	牛乳	やさいのきつねに さいのくになっとう ごまあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく だいす	ごはん ジャがいも さとう あぶら ごま	だいこん にんじん こんにゃく キャベツ ほうれんそう	616	25.0
26	月	ごはん	牛乳	ぶたキムチ すりみチーズロール だいすもやしのナムル	牛乳 ふたにく なまあげ たら チーズ	ごはん さとう あぶら ごま ごまあぶら でんぷん	キムチ キャベツ ねぎ にら にんじん しょうが にんにく だいすもやし こまつな	619	29.1
27	火	ごはん	牛乳	ジャがいものそぼろに さんまのみぞれに いそかあえ	牛乳 とりにく さんま のり	ごはん ジャがいも さとう あぶら でんぷん	たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう キャベツ だいこん	676	26.2
28	水	ちゅうかめん	牛乳	しせんふうみそラーメンのスープ はるまき ちゅうかサラダ（ちゅうかドレッシング）	牛乳 ふたにく	めん あぶら さとう こむぎこ はるさめ でんぷん	キャベツ もやし ねぎ にんじん にら にんにく しょうが こまつな たまねぎ だいすもやし たけのこ しいたけ	725	26.6
29	木	くりごはん	牛乳	なすのみそしる とりにくのからあげ なしゼリー	牛乳 あぶらあげ とりにく	ごはん でんぷん あぶら さとう	くり なす たまねぎ にんじん いんげん なし	696	28.7
30	金	はちみつパン	牛乳	クラムチャウダー チキンナゲット② ゆでやさいサラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 ベーコン あさり とりにく おから	パン ジャがいも あぶら こむぎこ バター パンこ でんぷん さとう こめこ	たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト とうもろこし	680	24.5

※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。