

8月 給食献立表

2026年度 滝川市教育委員会 学校運営課 2グループ（滝川第一・滝川第三小学校/明苑・江陵中学校）					
日(曜)	献立	赤の食品 主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	緑の食品 主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	黄の食品 主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂肪を多く含む	調味料
19(水)	 ふうどん ビビンバ風丼	豚肉 大豆ミート 卵	もやし ほうれん草 にんじん メンマ ぶなしめじ 生姜 にんにく	米 強化米 三温糖 ごま油 ごま	みそ 赤みそ トウバンジャン みりん 醤油
	タイピーエン	豚肉 いか うずらの卵	キャベツ にんじん しいたけ 生姜	春雨	料理酒 とりがらスープ 醤油 食塩 こしょう
20(木)	ごはん			米 強化米	
	ちゅうかうせんぎ やさい 中華風千切り野菜のスープ	ベーコン	もやし にんじん えのきたけ だいこん ねぎ	ごま油	とりがらスープ 醤油 食塩 こしょう 中華スープの素
	はるまき 春巻	皮がパリパリ春巻		キャノーラ油	
21(金)		豚肉	つきこんにゃく マイルドキムチ 枝豆	キャノーラ油 エッグケアマヨネーズ 三温糖 ごま油	料理酒 醤油
	ナストマライス	豚肉 大豆ミート 粉チーズ	たまねぎ なす トマト トマトピューレ	米 強化米 発酵バター キャノーラ油 三温糖	赤ワイン ケチャップ ミートソース 野菜ブイオン 中濃ソース 食塩 こしょう
	たまごいた ブロッコリーの卵炒め	卵	ブロッコリー にんにく	キャノーラ油	野菜ブイオン 食塩 醤油
24(月)	ごはん			米 強化米	
	とうふ 豆腐のカレー煮	豆腐 豚肉	たまねぎ にんじん 枝豆 きくらげ にんにく 生姜	三温糖 キャノーラ油 でん粉	醤油 料理酒 カレー粉 とりがらスープ 食塩 こしょう
	に いわしのみぞれ煮	いわしのみぞれ煮			
	いた もの もやしの炒め物		もやし にんじん	キャノーラ油	野菜ブイオン 食塩 こしょう
25(火)	パセリごはん		パセリ	米 強化米	食塩
	ポテトミルクスープ	ポークウインナー 牛乳 生クリーム 粉チーズ	キャベツ たまねぎ にんじん	じゃがいも 発酵バター	野菜ブイオン 食塩 こしょう
	オムレツ	オムレツ			
	スパゲティーのケチャップソテー	ハム	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	スパゲッティー キャノーラ油 三温糖	ケチャップ 野菜ブイオン 食塩 こしょう
26(水)	 ごもくひ 五目冷やしうどん	鶏肉 焼きちくわ 油揚げ	にんじん ほうれん草 しいたけ	うどん キャノーラ油 三温糖	料理酒 醤油
	フルーツパフェ	ホイップクリーム	もも パイン	マスカットゼリー	
	バックめんつゆ				バックストレートめんつゆ
27(木)	ごはん			米 強化米	
	とりにく だいこん て 鶏肉と大根の照り煮	鶏肉	だいこん ねぎ ねじりこんにゃく にんじん 生姜	三温糖 キャノーラ油	料理酒 醤油 赤みそ とりがらスープ
	いかメンチカツ	イカメンチカツ		キャノーラ油	
	きんぴらごぼう		ごぼう にんじん ピーマン	キャノーラ油 三温糖 ごま	醤油 みりん 唐辛子
28(金)	ごはん			米 強化米	
	ニョッキ入りコンソメスープ	ベーコン	にんじん キャベツ パセリ	ポテトニョッキ	とりがらスープ 野菜ブイオン 醤油 食塩 こしょう
	ケチャップハンバーグ	国産ハバ [®] -グ [®] ケチャップ [®] 味			
	そう ほうれん草のガーリックバター炒め		ホールコーン ほうれん草 たまねぎ にんにく	キャノーラ油 発酵バター	野菜ブイオン 食塩 こしょう
31(月)	 ふっけんしき 福建式あんかけごはん	鶏肉	たまねぎ キャベツ はくさい にんじん 枝豆 きくらげ にんにく	米 強化米 キャノーラ油 三温糖 でん粉 ごま油	料理酒 醤油 食塩 オイスターソース 中華スープの素
	たまご きのこ卵スープ	ベーコン 卵	エリンギ水煮 ぶなしめじ ほうれん草 にんじん	でん粉	とりがらスープ 野菜ブイオン 醤油 食塩 こしょう

8月の平均栄養量(小学校) 605Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 18.5g 食塩 2.7g
8月の平均栄養量(中学校) 737Kcal たんぱく質 27.3g 脂質 21.0g 食塩 3.3g

○牛乳は毎日つきます。 ○はしと給食シートは忘れずに持ってきてましょう。
○物資の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

パンは同じ工場で、卵、乳、小麦、大豆、くるみ、りんご、豚肉、米、ごま、魚介類、いちご、アーモンド、はちみつを含む製品を作っています。
うどん・ラーメンは同じ工場でそば粉・卵を含む製品を作っています。
ぎょうざ・シューマイは同じ工場で卵、乳、小麦、そば、大豆、いか、えび、かに、鮭、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、やまいも、米、ごま、魚介類、マンゴー、カシューナッツ、はちみつを含む製品を作っています。