



# 8・9月の学校給食献立予定表

「岡垣町イメージキャラクター  
びわりん&びわすけ」

今月使用予定の地場産(岡垣町周辺)食材  
 米 トマト ピーマン 小松菜 椎茸 小松菜 かぼちゃ  
 なす ねぎ パプリカ きゅうり 豆苗 冬瓜

## 岡垣町中学校給食センター

日曜	献立名		主な材料と体内での働き						エネルギー (Kcal)
			おもに体の組織をつくる(赤のグループ)		おもに体の調子を整える(緑のグループ)		おもにエネルギーになる(黄のグループ)		
	主食	牛乳 副食	1群 (魚、肉、卵、豆、豆製品)	2群 (牛乳、小魚、海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀類、いも類、砂糖)	6群 (油脂)	
28月	ミルク柏型パン	セルフハンバーガー (ハンバーグ・ポイルキャベツ) スパイシーミネストローネ	牛肉・豚肉 白いんげん豆 ベーコン	牛乳	人参 トマト パプリカ パセリ	キャベツ 玉ねぎ セロリ マッシュルーム	ミルク柏型パン 砂糖 マカロニ	油	772
29火	白ご飯	回鍋肉 ニラの中華スープ ももゼリー	豚肉 焼豚 みそ	牛乳	人参 ピーマン にら	キャベツ 玉ねぎ エリンギ きくらげ もやし	米 砂糖 ゼリー	油 ごま油	700
30水	ライ麦食パン	なすのペンネボロナーゼ カラフルサラダ	牛肉 豚肉 鶏肉	牛乳	人参 トマト パプリカ	玉ねぎ(なす)しょうが にんにく マッシュルーム キャベツ(きゅうり)	ライ麦食パン ペンネマカロニ	油	740
31木	麦ご飯	十種野菜のキーマカレー フルーツ&ゼリー&ナタデココ	牛肉 豚肉 大豆	牛乳	人参 パプリカ ピーマン がぼろ(トマト)	しょうが にんにく 玉ねぎ ズッキーニ 枝豆 コーン ナタデココ パイン 黄桃	米 麦 小麦粉 じゃがいも ゼリー	油 バター	825
1金	白ご飯	鶏肉と野菜のうま煮 和風サラダ	鶏肉 さつま揚げ 厚揚げ ツナ	牛乳 わかめ	人参 いんげん	玉ねぎ ごぼう 椎茸 キャベツ (きゅうり)	米 砂糖	油	723
4月	キャロットパン	具沢山ペペロンチーノ ハムサラダ	ベーコン ハム	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ ごぼう 椎茸 エリンギ 枝豆 にんにく(きゅうり) キャベツ	キャロットパン スパゲティ 砂糖	油 オリーブ油	744
5火	白ご飯	豚肉の生姜炒め 即席漬け じゃがいものみそ汁	豚肉 みそ 豆腐 油揚げ	牛乳	チンゲン菜 人参 ねぎ	しょうが 玉ねぎ キャベツ(きゅうり) たくあん	米 片栗粉 じゃがいも	油 ごま	803
6水	ねじりパン	なすのミートグラタン チキンサラダ 野菜スープ	牛肉 豚肉 鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	トマト 人参	玉ねぎ(なす) きゅうり キャベツ コーン セロリ	ねじりパン じゃがいも 薄力粉 砂糖	油 オリーブ油	701
7木	白ご飯	カレー肉じゃが ひじきと枝豆のサラダ	豚肉 ツナ 大豆	牛乳 ひじき	人参 いんげん	玉ねぎ 枝豆 コーン キャベツ	米 じゃがいも 砂糖 こんにゃく	油 マヨネーズ	785
8金	白ご飯	シュウマイ(2個) 豚肉とキャベツのみそ炒め 冬瓜のスープ	シュウマイ 豚肉 みそ 焼豚	牛乳	パプリカ 人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ えのき(冬瓜) きくらげ しめじ	米 砂糖	油 マヨネーズ	743
11月	食パン	鶏肉のソース焼き コールスロー 小松菜とコーンのスープ いちごジャム	鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 小松菜	キャベツ コーン 玉ねぎ しめじ	食パン いちごジャム 砂糖	油 マヨネーズ	705
12火	麦ご飯	中華丼 パンパンジーサラダ	豚肉 うずら卵 かまぼこ 鶏肉	牛乳	人参 絹さや	玉ねぎ(椎茸) もやし(きゅうり) キャベツ	米 麦 片栗粉	油 ごま油	704
13水	パンパン	肉団子スープ カラフルソーサー 食ヨーグルト	鶏肉 ベーコン	牛乳 ヨーグルト	人参 ねぎ ピーマン パプリカ	しょうが キャベツ 玉ねぎ 椎茸	パンパン 片栗粉	油	704
14木	ゆかりご飯(減量)	きつねうどん ごぼうのサラダ	鶏肉 かまぼこ 油揚げ ツナ	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ(椎茸) ごぼう(きゅうり) コーン	米 うどん 砂糖	油 マヨネーズ	753
15金	白ご飯	揚げ春巻き 麻婆茄子 中華スープ	春巻き 牛肉 豚肉 みそ 鶏肉	牛乳	人参 豆腐	しょうが にんにく 白ねぎ なす 椎茸 玉ねぎ コーン きくらげ キャベツ えのき	米 片栗粉 砂糖	油 ラー油 ごま油	749
19火	岡垣産ご飯	鯖の竜田揚げ ゆかり和え かぼちゃのみそ汁	鯖 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ひじき	人参 かぼちゃ ねぎ	キャベツ きゅうり 梅 えのき 玉ねぎ	米 片栗粉 砂糖	油	762
20水	ミルク食パン	豆乳シチュー パプリカのマリネ	鶏肉 ベーコン 豆乳 ツナ 白いんげん豆	牛乳 チーズ	人参 パセリ パプリカ	玉ねぎ きゅうり	ミルク食パン じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 バター	701
21木	じゃこ若布ご飯(減量)	ジャージャー麺 ナムル	牛肉 豚肉 みそ	牛乳 じゃこ わかめ	人参	しょうが にんにく(椎茸) 玉ねぎ たけのこ 白ねぎ きゅうり) キャベツ もやし	米 ビーファン 砂糖	油 ごま油 ごま	700
22金	麦ご飯	なすとズッキーニのカレー フルーツ&ゼリー	牛肉	牛乳 チーズ	人参 ピーマン トマト	しょうが にんにく 玉ねぎ なす) ズッキーニ りんご みかん パイン 黄桃	米 麦 じゃがいも 薄力粉 ゼリー	油 バター	903
25月	食パン	ポークビーンズ チーズサラダ	豚肉 大豆	牛乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ にんにく グリーンピース キャベツ(きゅうり)	食パン 砂糖	油	701
26火	白ご飯	味噌カツ れんこんの金平 沢煮碗	鶏肉 豚肉 さつま揚げ みそ	牛乳	人参 ねぎ	れんこん たけのこ ごぼう 椎茸	米 砂糖 こんにゃく	油	801
27水	ミルクロールパン	ペンネアラビアータ チップスサラダ	牛肉 豚肉 ベーコン	牛乳	人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム しょうが にんにく キャベツ コーン(きゅうり)	ミルクロールパン ペンネマカロニ ポテトチップス 砂糖	油 オリーブ油	757
28木	中間検査1日目								
29金	白ご飯	焼きししゃも 里芋のそばろ煮 なすのみそ汁 十五夜大福	十五夜献立 鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ししゃも	人参 いんげん ねぎ	なす 玉ねぎ	米 里芋 こんにゃく 砂糖 片栗粉 十五夜大福	油	791

かまぼこなどの練り製品・ハムなどの肉加工品・マヨネーズは卵の入っていない製品を使用しています。

☆ ○ は、地場産の食材を使用する予定です。  
 ☆ 米は遠賀郡産の「夢つくし」です。月に1回は岡垣産を使います。  
 ☆ 食材の都合により献立の一部が変更になることがあります。

毎月19日は「食育の日」

**給食に関する標語**  
 岡垣中学校のみなさんから寄せられた標語を、毎月紹介しています。

**給食は みんな笑顔に してくれる** 岡垣中学校 2年  
**給食は みんなで食べると よりおいしい** 岡垣中学校 3年

食事は家族や友達と一緒に食べるとおいしさが倍増しますね。  
 給食もみんなで楽しく食べてくれるととても嬉しいです!  
 2学期も、みなさんが健康で笑顔になるような献立を考えていきます☆